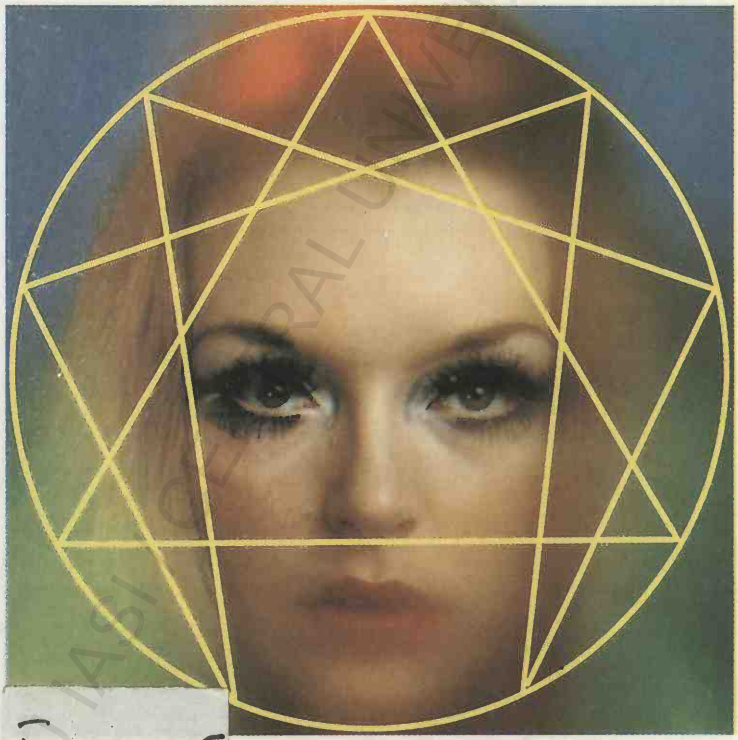
René de Lassus

ENEAGRAMA

Cele 9 tipuri de personalitate



II 338.085

Teora

Internet: www.teora.ro

BCU IAȘI CENTRAL UNIVERSITY LIBRARY

BIBL. CENTR. UNIV.
„M. EMINESCU" IAȘI
II 338.085

BCU IASI / CENTRAL UNIVERSITY LIBRARY

ENEAGRAMA

René de Lassus

BCU IASI / CENTRAL UNIVERSITY LIBRARY

BIBL. CENTR. UNIV.
„M. EMINESCU" IAȘI
II 328 085

BCU IAȘI / CENTRAL UNIVERSITY LIBRARY

ENEAGRAMA

Cele 9 tipuri de personalitate

René de Lassus

224622

Traducere de Doina Cojocaru

ALE

019006
B.C.U. - IASI

Teora

BCU IASI CENTRAL UNIVERSITARA LIBRARY

Titlul original: **L'enéagramme - Les 9 types de personnalité**

Copyright © 2000 Teora

Toate drepturile asupra versiunii în limba română aparțin Editurii **Teora**. Reproducerea integrală sau parțială a textului din această carte este posibilă numai cu acordul prealabil scris al Editurii **Teora**.

© **Marabout**, Alleur (Belgique), 1997
Toute reproduction d'un extrait quelconque de ce livre par quelque procédé que ce soit, et notamment par photocopie ou microfilm est interdite sans autorisation écrite de l'éditeur.

Distribuție
București: B-dul Al. I. Cuza nr. 39; tel./fax: 222.45.33
Sibiu: Șos. Alba Iulia nr. 40; tel./fax: 069/21.04.72

Teora – Cartea prin poștă
CP 79-30, cod 72450 București, România
Tel/Fax: 252.14.31
e-mail: cpp@teora.kappa.ro

Teora
CP 79-30, cod 72450 București, România
Fax: 210.38.28
e-mail: teora@teora.kappa.ro

Redactare: Constantina Paligora
Copertă: Valentin Tănase
Tehnoredactare computerizată: Techno Media
Director Editorial: Diana Rotaru

Președinte: Teodor RĂDUCANU

NOT 3558 PSI ENEAGRAMA
ISBN 973-20-0282-4

Printed in Romania

159.923

Cuprins

INTRODUCERE 7
ÎN LOC DE PREFAȚĂ: SPERANȚĂ ȘI VIGILENȚĂ... 8

PARTEA I
ENEAGRAMA ÎN CÂTEVA PAGINI 10

PARTEA A II-A
DESCOPERIREA ENEAGRAMEI 30

PARTEA A III-A
GENERALITĂȚI DESPRE TIPURILE DE PERSONALITATE . . 61

PARTEA A IV-A
CELE NOUĂ TIPURI DE PERSONALITATE 70

PARTEA A V-A
APLICAȚII 143

CONCLUZIE ȘI SINTEZĂ 160
BIBLIOGRAFIE 163

606 a Eneagrama
a Personalitate x Tipologie
x Tehnici de caracterizare
a Personalitate x Psihologie

BCU "ȘTEFAN CEL MARE" UNIVERSITY LIBRARY

Pentru Boris, Félix, Marie,
Grégoire, Léo și Juliette

Boumpa

Câteva cuvinte despre Eneagramă

Eneagrama, ale cărei origini se află în cele mai vechi tradiții, este în primul rând un instrument al cunoașterii de sine, având la bază nouă tendințe principale care sunt tot atâtea contrarii ale forțelor fundamentale ale ființei umane: perfecțiunea/mânia, dragostea/orgoliul, capacitatea de a reuși/înșelătoria, creativitatea/invidia, cunoașterea/avariția, loialitatea/teama, optimismul/lăcomia, curajul/excesul și capacitatea de susținere/lenea. Datele sale sunt confirmate de cele mai recente descoperiri ale neuroștiințelor. Ea poate să devină un minunat instrument de dezvoltare personală, un instrument de previziune și o metodă de a înțelege mai bine lucrurile care ne deosebesc pe unii de alții.

Pentru a facilita înțelegerea Eneagramei, am plasat pe copertă denumirile reprezentative ale diferitelor tipuri de personalitate. Pentru a evita exprimarea fiecărei categorii prin termeni în mod inevitabil simplificatori, autorul va folosi pe parcursul acestei cărți numerele de la 1 la 9 corespunzând tipurilor respective.

Editorul

INTRODUCERE

„În mod evident, este cel mai complex și cel mai sofisticat sistem pe care l-am întâlnit vreodată, dar este de o complexitate remarcabilă și inteligentă, nu un amalgam".

Dr. C. T. Tart, profesor de psihologie, Universitatea din California, Davis – semnatarul prefeței la cartea despre Eneagramă a Helenei Palmer*.

Ca și medicina, matematica sau filosofia, Eneagrama *nu aparține* nimănui.
Ca și aceste discipline, Eneagrama nu are un *fondator* oficial, un *inventator* menționat în vreun dicționar, care să aibă statui în toate satele din Franța și Navara.
Ca și aceste discipline, Eneagrama s-a dezvoltat de-a lungul timpului și spațiului prin numeroase contribuții.
Ca și aceste discipline, ea oferă societății umane cunoștințe prețioase.

Unele persoane pretind că întrebarea *„Cine sunt eu?"* nu le preocupă. Altele răspund la această întrebare declinându-și identitatea, întocmind o listă cu titlurile lor, cu diplomele lor, bunurile lor, situația familială sau profesională, trofeele lor sportive sau amoroase (ceea ce este aproape același lucru).
Totuși, mulți oameni sunt luați în general pe nepregătite de ceea ce noi numim marile evenimente ale vieții (pierderile, în special: serviciu, sănătate sau ființe dragi). Atunci, toți își promit, în gând, să-și găsească un moment ca să reflecteze la această importantă întrebare sau s-o studieze. Dar, după ce a trecut evenimentul respectiv, se grăbesc să o uite.
Întrebarea însă nu îi uită pe ei! Ea revine într-o bună zi mai neînduplecată ca oricând. Această carte vă oferă posibilitatea să descoperiți, într-un limbaj clar și accesibil, această metodă a cunoașterii de sine și a celorlalți care este Eneagrama.
Doresc să vă fie de un real folos.

---

* Helen Palmer este unul dintre promotorii acestei metode. A se vedea bibliografia.

ÎN LOC DE PREFAȚĂ

SPERANȚĂ ȘI VIGILENȚĂ...

„Când vedeți cu cine semănați, vă bucurați. Dar când veți vedea adevărata voastră imagine, născută înaintea voastră, eternă și nemanifestată, îi veți suporta oare măreția?"

Cuvintele lui Iisus din Evanghelia apocrifă a lui Toma

Această prefață o dedic în mod special Patriciei, lui Fabien Chabreuil și lui Eric Salmon**, formatorii mei în domeniul Eneagramei.*

Prietenii mei afirmă că sunt un optimist.

Ca toți pesimiștii din lume, atunci când ei mă copleșesc cu o astfel de judecată, răspund cu ușurință: „Nu, realist". Este adevărat, asemeni unui personaj parodiat de unul dintre cei mai iluștri concetățeni ai mei, eu sunt înclinat să cred că *totul este perfect în cea mai bună dintre lumi****.

Noi trebuie să înfăptuim armonia pe Pământ, noi trebuie să înțelegem acest „de ce" ne aflăm aici: să fim co-creatori!

Recunosc – pentru că acest lucru mi se întâmplă și mie – că există unele zile când ești exasperat văzându-ți semenii orientându-se spre această sublimă rațiune de a trăi. Mai ales dacă lăsăm mass-mediei locul pe care se străduiește să-l ocupe în peisajul nostru mental.

Dacă, dimpotrivă, hotărâm să ne hrănim spiritul cu operele marilor gânditori ai tuturor timpurilor și să călătorim prin vâltoarea vremurilor în compania lor – de la Platon la Teilhard de Chardin, trecând prin Sri Aurobindo –, ne creăm o nouă dispoziție a spiritului ce va percepe atunci semnele prevestitoare ale acestei evoluții, care, după părerea mea, reprezintă bogăția și frumusețea ființei umane pe cale să se realizeze.

În urma propriilor experiențe de viață, am hotărât să mă alătur celor care, în pofida acestor vremuri tulburi, văd mai limpede ivindu-se la orizont aurora unei renașteri. Pentru aceia care se hotărăsc să le „vadă", semnele care permit făurirea unei astfel de speranțe sunt numeroase.

---

* Fondatorii Institutului Francez de Eneagramă.

** Fondatorul Centrului de Studiu al Eneagramei.

*** Voltaire a locuit mai mult de cincisprezece ani la Cirey-sur-Blaise.

B.C.U. „M. EMINESCU" IAȘI

După cum subliniază Robert Linssen*,

„procesul de memorare ne face să admitem din ce în ce mai mult posibilitatea depășirii egoismului. Această mutație psihologică ar constitui caracterul specific al Satyei Yuga (noua eră anunțată de unele tradiții orientale). *Nașterea și dezvoltarea psihologiei transpersonale ar fi manifestarea ei".*

Sau Satprem,

*„Lumea noastră cunoaște o accelerare neobișnuită. Dar, ca întotdeauna, noi citim semnele pe dos, pentru că vedem totul prin ochelarii noștri homocentrici. Această formidabilă negativitate a Pământului este în cel mai înalt grad pozitivă, ca erupția unui vulcan necunoscut care ne dăruiește o comoară neștiută: noul nostru Instrument"****

Printre aceste semne, neghina este la fel numeroasă ca și grâul. „Reîntoarcerea" Eneagramei, după un *purgatoriu**** care a durat între 40 și 2 500 de ani, în funcție de punctul de vedere al fiecăruia, este pentru mine unul dintre semnele promițătoare ale acestui sfârșit de mileniu. Îndrăznesc să sper că această carte vă va ajuta să vă cultivați vigilența personală, atât de necesară în trierea grâului de neghină.
Aș dori să acceptați, cu inima și mintea, bazele instrumentului de cunoaștere ajutătoare și evolutivă pe care îl descrie.
Să-l primiți ca pe o simbolică *stea din Bethleem...*

„Cine este destul de puternic ca să îndure măreția și forța revelației, șocul întâlnirii decisive cu sine însuși?"

Jacques Lacarrière

Cititorii precedentelor mele cărți îmi cunosc aversiunea față de folosirea cuvântului „noi" pe care îl consider prea distant...

Autorul

---

* Robert Linssen, care mi-a fost vecin timp de 6 ani, este directorul „Institutului de Științe și Filosofii Noi", fondat în 1935, colaborator apropiat al lui Krishnamurti și al lui David Bohm și de asemenea autor al multor cărți, printre care „Spiritualitate Cuantică" din care am extras acest pasaj.

** *Evolution II, Après l'homme, qui? mais surtout, après l'homme, comment?* Robert Laffont, 1992.

*** Eu mă consider profund marcat de mesajul Nazarineanului și încerc să devin spiritualist creștin nedogmatic. Parafrazându-l pe René Guénon, aș spune că oricine este conștient de unitatea universală a aspirațiilor spirituale devine, prin forța lucrurilor, și tocmai din această cauză, „inconvertibil".

PARTEA I

ENEAGRAMA ÎN CÂTEVA PAGINI

„Avem arta ca să nu pierim din cauza adevărului."

Nietzche

„Totul ne face să credem că trebuie să existe un anume punct al spiritului în care viața și moartea, realul și imaginarul, trecutul și viitorul, comunicabilul și incomunicabilul, sus și jos încetează de a mai fi percepute ca fiind contradictorii."

André Breton

„Exist eu oare cu adevărat?
Nu există oare, dincolo de micul meu eu iluzoriu, un eu mare, adevărat și liber?"

Louis Pauwels: *Monsieur Gurdjieff*

Prima descoperire

Eneagrama este un cuvânt (provenit din cuvintele grecești „ennea" = nouă și „gramma" = figură) care definește metoda de a se descoperi pe sine și pe ceilalți, bazată pe cunoașterea celor nouă **forțe** și a celor nouă **tendințe principale** care coabitează în interiorul fiecăruia dintre noi și care vor fi determinante în constituirea personalității noastre:

FORȚE PRINCIPALE	TENDINȚE PRINCIPALE
1 capacitatea de perfecțiune și idealismul	mânia
2 dragostea	orgoliul
3 capacitatea de acțiune	înșelătoria
4 creativitatea și simțul artistic	invidia
5 nevoia de cunoaștere	avariția
6 loialitatea	teama
7 bucuria de a trăi	lăcomia
8 curajul	excesul
9 acceptarea și sprijinul	lenea

Aceste elemente alcătuiesc cele **nouă tipuri de personalitate** ale Eneagramei.

Fiecare ființă omenească aparține unui tip de personalitate

Primele reacții ale copilului duc la dezvoltarea **uneia** dintre aceste **forțe/tendințe**, creând în mod progresiv o dihotomie între ființa sa profundă și „falsa sa personalitate" (personalitatea sa „contrafăcută"). Multe persoane descoperă această „ruptură" (deseori, cu ocazia unei crize, provocată de o pierdere: serviciu, sănătate, o ființă dragă). Un mod de a conștientiza această ruptură este acela de a ne întreba dacă ceea ce numim ideile „noastre" sunt cu adevărat ale noastre sau de unde provine concepția noastră despre fericire.

Aplicată la analiza diversității omenești, Eneagrama devine, din acest moment, o metodă excelentă de înțelegere a esenței ei. Întrucât în viață fiecare evoluează pe baza propriilor experiențe, Eneagrama este un instrument de dezvoltare personală care permite poziționarea în evoluția individului, dovedindu-se deosebit de interesantă ca metodă de evoluție spirituală (fie că aceasta se bazează sau nu pe vreo credință).

Ea folosește capacitatea pe care o are fiecare om de a-și observa propriile trăsături de caracter, propriile obiceiuri. Ea nu necesită cunoștințe prealabile, nici de psihologie, nici din vreun alt domeniu științific. Iată de ce, de fiecare dată când vom folosi în această carte vreun concept psihologic, îl vom explica.

Apartenența ei la curentul numit *psihologie transpersonală* (care se interesează de ceea ce există „dincolo" de persoană) induce respectul față de caracterul unic al fiecărui om. Astăzi, Eneagrama este studiată în

spiritul de compasiune al fiecărei ființe umane față de ea însăși și față de ceilalți.
În fine, ea permite îmbunătățirea relațiilor interumane. Fiecare om poate să trăiască la diferite niveluri de dezvoltare (a se vedea capitolul *Integrare și Regres*). Fiecare om se află în legătură cu multe alte tipuri, în interiorul propriei personalități (vom explica aceste lucruri mai târziu).

Să înțelegem gramatica Eneagramei

O metodă este ca o limbă nouă pe care o învățăm: trebuie să începem prin a învăța vocabularul și gramatica. Gramatica este organizarea specifică a acestei metode, modul în care se îmbină între ele diferitele ei elemente. Acest lucru ne propunem să îl facem în primele trei părți ale acestei cărți.
Partea a patra va cuprinde descrierea celor nouă tipuri de personalitate, iar a cincea parte propune câteva aplicații posibile după lectura acestei cărți.
În plus, această metodă se caracterizează prin folosirea unor cuvinte specifice.

PARTICULARITĂȚI DE VOCABULAR

Aceasta este una dintre dificultățile majore ale tuturor școlilor de psihologie născute pe continentul american, intensificate în cazul Eneagramei prin redescoperirea sa în America latină (Chile), apoi prin „exportul" ei în Statele Unite. Aceasta pentru că principalii protagoniști au făcut-o cunoscută întâi în spaniolă, apoi în engleză și în fine în franceză. Din această cauză, anumiți termeni „consacrați" de mediile care au popularizat acest instrument în țările francofone au sensuri destul de diferite uneori de cele folosite curent.
Este, în special, cazul următoarelor cuvinte:

Esență (v. pag. 33)
Tendință (v. pag. 52)
Aripă (v. pag. 62)
Nivel (v. pag. 44)
Tip (v. pag. 20)
Centru (v. pag. 39)
Necumpătare (v. tipul 7, pag. 132)

În fine, anumite cuvinte aparțin vocabularului psihologiei clasice. Ele vor fi explicate în text.

Ca să atragă un public cât mai larg, unii autori dau fiecărui tip de personalitate un nume care să corespundă modului popular de a denumi forța principală a fiecăruia dintre aceste tipuri (bătăiosul, solitarul, șeful). Eu am hotărât să mă alătur celor care consideră că această practică riscă să limiteze impactul Eneagramei. Într-adevăr, este greu să citești câteva pagini intitulate *„Șeful"* fără să fii influențat, pozitiv sau negativ, de amintirea „șefilor" întâlniți în viață. **Iată de ce fiecare tip de personalitate va fi reprezentat de o cifră.**

De fiecare dată când va fi posibil – adică fără să îngreunăm textul – voi indica diferitele denumiri folosite de alți autori prin următoarele abrevieri:

(C) = Patricia și Fabien Chabreuil
(S) = Eric Salmon
(P) = Helen Palmer
(T) = denumire conform Tradiției

Cea mai veche...

Specialiștii se pierd în presupuneri atunci când trebuie să precizeze **originea** Eneagramei.

Unii plasează descoperirea ei în secolul al VI-lea înainte de Hristos, de către Pitagora. Alții, cum ar fi Richard Riso, o consideră mult mai veche, găsind unele elemente ce-o prefigurează în Orientul antic, situându-i astfel originile în Babilon, cu 2 500 de ani înainte de Hristos.

Aproape toți consimt să-i amintească pe Evagru Ponticul și pe aceia pe care se cuvine să îi numim Înțelepții deșertului (secolul al IV-lea, e.n.). Dar în legătură cu prezența diagramei – simbolul Eneagramei – la sufiști toți sunt în sfârșit de acord.

Or, chiar partizanii acestei mișcări mistice musulmane menționează date contradictorii ale apariției sale (de la secolul VI-lea la al VIII-lea). *„În doctrinele și practicile lor se manifestau urmele unor influențe creștine, zoroastriene și hinduse**."

* Dicționarul Robert, Paris.

Alții cred că ea se înrudește chiar cu Cabala. În excelenta lor lucrare referitoare la acest subiect*, Maria Beesing, Robert Nogosek și Patrick O'Leary stabilesc una dintre cele mai interesante paralele între *„roadele duhului"* din Epistola Sfântului Pavel către Galateni (5.22) și virtuțile specifice fiecăruia dintre cele 9 tipuri ale Eneagramei.
Este de asemenea interesant să constatăm că se pot face o serie de comparații cu operele lui Dante și Chaucer, din secolul al XIV-lea, din Occident.
Toți autorii sunt de acord că cele nouă tendințe principale reprezintă contrariile celor nouă forțe principale, ce alcătuiesc diversitatea umană: mânia, orgoliul, minciuna, invidia, avariția, teama, lăcomia, excesul (desfrâul) și lenea.

De-a lungul secolelor, Eneagrama va fi transmisă în secret, pe cale orală. Detractorii ei se folosesc în general tocmai de această apartenență, pe care se cuvine să o numim *esoterică*, la modul ei de transmitere (a se vedea *„Ați spus «esoteric»?"* pag. 155)
Pe scurt, Eneagrama nu a apărut de ieri, de alaltăieri.

De la această apartenență specială la trecutul omenirii, teoreticienii moderni ai metodei au păstrat:

TREI POSTULATE DE BAZĂ:

1 *„Există nouă tipuri, și numai nouă, de personalitate umană"* (așa cum amintește Patrick O'Leary).

2 Fiecare ființă umană aparține – **în mod fundamental – numai unui singur tip** în Eneagramă.

3 Momentul din care o ființă „ESTE" (începe să existe) nu poate fi precizat.

Cea mai pertinentă...

Nenumărați oameni au căutat să construiască tipologii umane.
În acest domeniu, există creații surprinzătoare. Hipocrate, cel dintâi..., pune bazele unei teorii a categoriilor umane după umorile lor (sangvin,

* Maria Beesing, Robert Nogosek, Patrick O'Leary: „L'Ennéagramme, un itinéraire de vie intérieure", Desclée de Brouwer, Paris, 1992.

flegmatic, coleric, melancolic). Ea a rămas ca o teorie de referință de-a lungul mai multor secole.

În 1688, La Bruyère cunoaște un răsunător succes după publicarea celebrelor „Caractere", o adaptare după grecul Galenos, urmașul lui Hipocrate. Cam în aceeași perioadă, apare *frenologia*, o tentativă de stabilire a unei tipologii umane după forma capului. Caracterologia lui Heymans și Le Senne stabilea, în secolul al XIX-lea, bazele după care milioane de indivizi vor fi apreciați, judecați în medicină (unde va confirma diagnosticul), în justiție (unde va confirma verdictul), în organizații (unde mai este încă uneori folosită pentru selecționarea personalului). În secolul XX, o dată cu dezvoltarea unei psihologii din ce în ce mai distanțate de psihiatrie, se înmulțesc tentativele de creare a unor tipologii. La începutul secolului, C. G. Jung va propune o clasificare care se bazează pe opoziția dintre extraversiune (atitudinea subiectului orientat spre lumea exterioară) și introversiune (subiectul întoarce spatele lumii exterioare, fiind preocupat de el însuși). H. J. Eysenck, născut în 1916, combină teoria umorilor și caracterologia lui Jung. Mai târziu, W. H. Seldon, E. H. Erikson, E. Kretschmer creează, la rândul lor, „combinații" care nu sunt lipsite de interes. Inspirate după lucrările lui Jung, modelele lui Myers Briggs și David Keirsey constituie, până în prezent, cea mai interesantă și cea mai serioasă tipologie.

Mai aproape de zilele noastre, clasificarea DSM III R (*Diagnostic and Statistical Manual III, Revised*) este folosită în stabilirea diagnosticului în medicină și psihiatrie. De asemenea, ea este extrem de utilă pentru stabilirea sănătății mentale, în domeniul juridic, ca și pentru analiza acordării asigurărilor pe viață (a se vedea Eneagrama patologiilor, pag. 57).

Mai există și alte numeroase tentative în materie de formare a cadrelor pentru vânzare și management (Blake & Mouton, *Process Communication* de T. Kahler). Nici una dintre ele nu a atins înaltul nivel de pertinență și corectitudine al Eneagramei. Ceea ce îi frapează pe cei care o studiază este uimitoarea inspirație care îi animă pe cei care au elaborat-o – chiar și echilibrul ei matematic, uluitor raport armonios în interiorul sistemului.

Un alt aspect al superiorității ei: mai mult decât alte tipologii care privilegiază realitățile mentale, Eneagrama repune inima la locul care i se cuvine.

Cea mai modernă...

Deși simbolul Eneagramei provine din istoria antică, teoria pe care o cunoaștem astăzi a fost elaborată în secolul XX.

Un bărbat, **G. I. Gurdjieff** – considerat adesea ca fiind *mistagog**, format în spiritul învățăturii sufiste și tibetane – a făcut cunoscută Eneagrama și cosmogoniile care o însoțesc în Europa – în special la Paris, în cursul anilor '20**.
Privit cu suspiciune de către unii, considerat de alții ca fiind una dintre mințile cele mai capabile să faciliteze evoluția umană, el este cu siguranță un om a cărui învățătură nu ne poate lăsa indiferenți. **Helen Palmer** îl consideră *„un pionier în adaptarea învățăturii spirituale orientale spre folosința occidentalilor".****
Contrariindu-i și pe cei mai îndrăzneți gânditori, Gurdjieff deranjează atunci când afirmă că marea majoritate a ființelor omenești duc o viață mecanică de ‚adormiți", chiar și atunci când sunt chemați să-și dezvolte și să-și împlinească sinele.

*„Gurdjieff afirmă că omul occidental, asfixiat de o civilizație pragmatică și afaceristă, a sfârșit prin a-și pierde în mod progresiv libertatea de gândire și de acțiune. Supus condiționării automatismelor sale, guvernat fără încetare de o multitudine de mici „euri" care alternează și își schimbă în permanență direcția, în funcție de circumstanțele exterioare, influențat sau chiar hipnotizat de morală și educație, individul trăiește cu iluzia că acționează continuu, în timp ce, de fapt, el doarme!"*****

După ce a fost propovăduită o învățătură destul de diferită de cea pe care o vom descoperi împreună, nu s-a mai vorbit despre acest subiect timp de 40 de ani – cu toate că mai există încă și astăzi unele *grupuri de evoluție* care afirmă că se trag din învățătura lui Gurdjieff – apoi, datorită unui profesor de psihologie, **Oscar Ichazo** – care declară că a

---

* Preot care iniția în misterele religiei, în vechea Grecie.

** Prin anii '20, mediile intelectuale abia îl descopereau pe Freud, arătându-se reticente față de o gândire care declara *„că pasiunea noastră – sau principalul nostru handicap – ar putea să devină principalul nostru atu".*

*** Vezi bibliografia.

**** Frédéric Richaud „La Soif de Dieu", Nouvel Observateur, Hors-Série, noiembrie 1996.

fost format de aceiași sufiști ca și Gurdjieff – metoda a reapărut în Chile și în Statele Unite prin anii '60-'70.

Claudio Naranjo, psihiatru chilian și elevul lui Ichazo, a elaborat sinteza – cea pe care o cunoaștem astăzi – între preceptele lui Ichazo și datele neuroștiințelor. Datorită muncii sale, această metodă a cunoscut, de atunci încoace, o largă răspândire.

Această învățătură s-a răspândit și datorită iezuiților americani, care au manifestat un deosebit interes față de această metodă, facilitând astfel, prin ordinul lor, o difuzare universală.

Cât despre Pierre Longin, acesta citează în cartea sa *„mai mult de zece teze de doctorat și peste 50 de cărți apărute în Statele Unite, unde celebra CIA ar folosi această metodă ca să cunoască motivațiile șefilor de stat"*.

Astăzi mai multe „școli" răspândesc Eneagrama în lume.

Iată de ce eu vă prezint Eneagrama ca fiind *cea mai veche, cea mai pertinentă, cea mai corectă dintre metodele de cunoaștere personală, de cunoaștere a celorlalți, de dezvoltare personală și spirituală.*

În sfârșit, după cum precizează Helen Palmer, *„Eneagrama face parte dintr-o tradiție care consideră preocupările legate de personalitate ca pe niște învățăminte"* și nu ca pe niște defecte*.

De multă vreme, oamenii încearcă să elaboreze o tipologie corectă. Ei nu știu că ea există deja. Acum sunt pe cale de a o redescoperi...

---

* Vezi bibliografia.

Cu toții suntem capabili...

- să iubim,
- să avem sentimente,
- să trăim emoții,
- să gândim, să dăm dovadă de umor,
- să reușim,
- să-i apreciem pe ceilalți, să apreciem viața,
- să muncim cu curaj,
- să dăm dovadă de umilință, de simplitate, de răbdare, de cumpătare, de armonie, de adevăr, de logică, de inteligență,
- să știm să dobândim și să împărtășim altora cunoștințele noastre, să fim capabili de dezinteres, de acceptare, de sprijin, de mulțumire,
- să fim loiali, încrezători și demni de încredere, compătimitori, binevoitori, studioși, credincioși, scrupuloși, caritabili, creativi, decenți, sensibili, economi, echilibrați,
- să fim activi din punct de vedere profesional, social, spiritual, să simțim lucrurile și oamenii,
- să evoluăm, să ne dezvoltăm, să creștem.
- Omenește, să devenim persoana care suntem cu adevărat, din punct de vedere uman și spiritual.

Multora le este...
teamă de suferință, de mânie, de vid interior, de eșec, de conflicte, de slăbiciune, de banalitate, de a-și recunoaște propria importanță.

Dar ceea ce ne deosebește pe unii de alții este ordinea în care anumite calități predomină, în raport cu celelalte.

BCU IAȘI / CENTRAL UNIVERSITY LIBRARY

Cu toții putem...

- **să fim mânioși, leneși, invidioși, fricoși, zgârciți, mincinoși, culpabilizându-i și desconsiderându-i pe ceilalți sau pe noi înșine,**
- **să fim necumpătați, inconștienți, ilogici, indolenți, narcisiști,**
- **să ne manifestăm orgoliul, indiferența, dependența față de oameni și lucruri,**
- **să-i înșelăm pe ceilalți sau pe noi înșine,**
- **să evităm mânia, recunoașterea propriilor trebuințe, eșecul, banalitatea, vidul interior, suferința, slăbiciunea, conflictele.**

Suntem capabili...

de agresivitate, de gâlceavă, de mânie, de slăbiciune, de minciună, de lenevie, de invidie, de desfrâu, de exces, de necumpătare, de lașitate, de avariție, de lăcomie, de teamă, de tristețe, de abrutizare, de a ne proiecta „în" ceilalți, de a-i reprima pe alții, de a interpreta un rol, de a ne izola, de introiecție, de a raționaliza, de a refuza.

Dar ceea ce ne deosebește pe unii de alții este ordinea în care unele dintre aceste limite predomină, în raport cu celelalte.

Fiecare dintre noi este un conglomerat format din anumite calități, talente, forțe, slăbiciuni, tendințe... organizate, îmbinate într-un mod specific și original.

În fiecare dintre noi există toate aceste senzații, toate aceste simțăminte, toate aceste potențialități, toate aceste forțe și slăbiciuni omenești, dar fiecare dintre noi este un conglomerat (o asamblare, o reunire) specific, alcătuit din aceste realități, în care unele elemente sunt mai pregnante decât altele.

Eneagrama este o metodă care permite fiecărui om să-și înțeleagă propriul conglomerat, cum se formează el, cum devine prizonierul unora dintre aceste aspecte, cum să procedeze ca să se elibereze de ele și să evolueze. În același timp, ea îi îngăduie să înțeleagă – și să ia în considerare – care sunt și cum se constituie conglomeratele celorlalți. **ACEASTĂ organizare specifică și originală definește tipul unei persoane în Eneagramă.**

Scurtă privire de ansamblu asupra celor nouă tipuri

Eneagrama propune o teorie despre ființa omenească conform căreia fiecare își făurește o personalitate plecând de la ***compulsiunea*** sa, adică de la ceea ce fiecare *„încearcă să evite cu orice preț"*. Această importantă noțiune este explicată în continuare.

Fiecare om posedă cele nouă forțe/tendințe care alcătuiesc personalitatea umană, dar cum numai UNA este dominantă în fiecare om, de acum înainte vom vorbi despre tipul „Unu" sau „Doi" sau „Trei", înțelegând prin aceasta:
– persoana la care domină forța/tendința Unu
– persoana la care domină forța/tendința Doi etc.

Există nouă tipuri de personalitate pe care le vom descrie acum prima dată. Această lectură este utilă înainte de a citi capitolele care prezintă „instrumentele" pe care le folosește această metodă.
Exemplele redau, deocamdată, un singur aspect al modului de a trăi al unui tip de personalitate.

Tipul 1

Albert este contabil.
Conducerea știe că se poate baza pe el fiindcă muncește cu scrupulozitate. Cu colegii, Albert are unele dificultăți, dar mai ales cu Simone, căreia el îi reproșează „că plânge sau râde din nimic", lucru care îl înfurie, dar nu își arată mânia. În ceea ce privește copiii, Albert consideră că trebuie „să le bage în cap noțiuni morale fundamentale", așa cum spune chiar el. Aceste lucruri îl fac să fie puțin cam distant, dar, cu ei, ca și cu ceilalți, i se întâmplă să fie răbdător și plin de umor.

O persoană care corespunde tipului Unu este o persoană care se deosebește de celelalte printr-un înalt grad de exigență (morală, în special) și printr-o dorință de perfecțiune în tot ceea ce face. Este o persoană grijulie, ordonată, meticuloasă. Deseori, consideră că rezultatele nu sunt la înălțimea exigențelor sale și acest lucru o face să se înfurie pe ceilalți, ca și pe ea însăși. Nu-și exprimă însă această mânie,

nu-și exprimă nici celelalte sentimente decât rareori, deoarece crede că asta i-ar determina pe ceilalți să aibă păreri proaste despre ea. În fine, o mai caracterizează teama de a nu face lucrurile bine și un mod de judecată binar (este bine sau rău, alb sau negru).

Pentru că în copilărie s-a identificat într-un mod negativ cu o „imagine de autoritate ideală", mica persoană de tip Unu a acordat multă importanță interdicțiilor și a simțit curând că nu se potrivește cu modelele indicate de ceilalți, fapt care a dezvoltat în ea o teamă considerabilă față de mânie (a sa și a celorlalți).

Compulsiunea sa: să evite mânia.

◆ Atunci când sunt dominante trăsăturile sale pozitive, persoana de tip Unu este atentă cu ceilalți, răbdătoare. Își exprimă cu dezinvoltură și respect idealurile înalte.

Ce contează pentru tipul Unu: să fie apreciat pentru calitatea actelor sale – să nu fie prins pe picior greșit – să aibă dreptate.

Tipul 2

Jacqueline este foarte apreciată de colegii ei, pentru care ea face neobosite eforturi. Le ghicește cele mai mici dorințe, lucru cu care se laudă uneori: „Dacă nu aș fi eu aici!" Alteori, dimpotrivă, ea poate să acționeze cu o mare discreție.

O persoană de tip Doi este generoasă, foarte atentă cu ceilalți. Îi place să prevadă și să se ocupe de dorințele semenilor ei, fapt care o face să fie foarte sociabilă. Are o mare capacitate de a-i reconforta pe ceilalți. Foarte disponibilă, este deosebit de mândră că știe să se ocupe atât de bine de ceilalți, considerând că ea însăși nu are prea multe nevoi. Îi place să primească recunoștința celor din jur, deși deseori pretinde că nu a făcut mare lucru. Uneori, dă vina pe ceilalți, este geloasă și posesivă și nu reușește decât cu greu să refuze pe cineva.

Pentru că în copilărie mica persoană de tip Doi a reușit să-și găsească un rost ocupându-se de ceilalți, această modalitate de a acționa s-a întipărit atât de puternic în ea încât a sfârșit prin a-și uita propriile trebuințe.

Compulsiunea sa: să evite respingerea, să evite să-și recunoască propriile nevoi.

◆ Atunci când sunt dominante trăsăturile sale pozitive, persoana de tip Doi este capabilă de o umilință și de un altruism cu adevărat sincere, răspândind în jurul ei o dragoste de înaltă calitate.

Ce contează pentru tipul Doi: să fie apreciat pentru grija și devotamentul pe care îl manifestă față de ceilalți – să fie iubit.

Tipul 3

Robert este un cadru dinamic. Se știe că, dacă îi încredințezi o afacere, el o va rezolva foarte bine; va ști să-și antreneze colaboratorii, dar vai de aceia care nu i se alătură! Robert crede că, pentru a-și atinge scopurile, un om poate să denatureze adevărul, dar i se întâmplă să fie și foarte sincer.

Persoana de tip Trei este capabilă să acționeze cu eficiență. Pentru ea, este foarte important să reușească în ceea ce întreprinde (viața profesională, familială sau socială). Înainte de orice, ei îi este teamă de eșec, totuși îi plac provocările. Este o persoană deseori curajoasă, foarte energică, exigentă cu ea și cu ceilalți. Își permite adesea să „joace" un rol ca să-și atingă scopurile și consideră că are dreptul să-i înșele pe ceilalți. I se întâmplă chiar să se înșele singură. În viață, îi place să progreseze. Să poată să-i seducă pe ceilalți și noțiunea de prestigiu sunt lucruri foarte importante pentru ea.
Pentru că în copilărie s-a identificat în mod pozitiv cu o autoritate pe care o admira, ea încearcă să reproducă situații prin care să stârnească admirația celorlalți.

Compulsiunea sa: să evite eșecul.

◆ Atunci când sunt dominante trăsăturile sale pozitive, persoana de tip Trei devine autentică, în stare să reușească, acceptându-și foarte bine limitele.

Ce contează pentru tipul Trei: să fie apreciat pentru ceea ce face, pentru reușitele sale – să fie stimat.

Tipul 4

Ingrid este arhitect peisagist, meserie pe care a ales-o într-o mare măsură ca să nu devină ceea ce dorea tatăl ei: stomatolog.
Ea are grijă să fie în bune relații cu multă lume. Câteodată, unii consideră că este prea solitară.
Atentă la modul în care o percep ceilalți, ea consacră mult timp ca să personifice modul ei de a se îmbrăca, de a-și aranja apartamentul.

Persoana de tip Patru dă dovadă de sensibilitate și de originalitate. Este o persoană care își trăiește emoțiile cu intensitate. Se teme foarte mult să nu fie criticată.
Destul de des, este melancolică, solitară. Atunci se refugiază în lumea ei imaginară, care este foarte bogată. Are oroare să fie considerată conformistă, banală.
De asemenea, este o ființă care îi invidiază deseori pe ceilalți.

Pentru că în copilărie o „rană" i-a lăsat impresia că nu este iubită, mica persoană de tip Patru s-a refugiat în lumea ei imaginară.

Compulsiunea sa: să evite banalitatea.

• Atunci când sunt dominante trăsăturile sale pozitive, persoana de tip Patru dă dovadă de creativitate și de un simț artistic foarte dezvoltat. Atunci devine capabilă să transforme propriile experiențe de viață în elemente de evoluție.

Ce contează pentru tipul Patru: să fie apreciat pentru ceea ce este – să fie diferit.

Tipul 5

Andrei este profesor, meserie pe care a ales-o pentru că „îl obligă să fie la curent cu noutățile", spune el adesea. În societate, i se întâmplă uneori să fie distant și chiar să refuze invitațiile, gândind: „Oamenii aceștia nu sunt prea interesanți".

Persoanei de tip Cinci îi place să asimileze multe cunoștințe (în toate domeniile). În relațiile sale cu ceilalți, preferă logica în locul emoției, pe care, de altfel, și-o exprimă cu greutate. Înainte de orice, se teme de intruziunea celuilalt în „sfera" sa personală. Nu îi plac prea mult întâlnirile, mai ales sub formă de reuniuni (familiale sau profesionale) și simte în mod frecvent nevoia de a fi singură cu ea însăși (și cărțile ei).

Deseori, este zgârcită cu ceea ce știe, ca și cu timpul ei.
Îi place mai mult să observe ceea ce se întâmplă decât să participe.
Mentalul ei este aproape întotdeauna activ.

În copilărie, mica persoană de tip Cinci a avut impresia că nu este iubită atât cât merită. Acest lucru a făcut-o să-i evite pe ceilalți și să se distingă prin acumularea de cunoștințe.

Compulsiunea sa: să evite intruziunea și vidul interior.

• Atunci când sunt dominante trăsăturile sale pozitive, persoana de tip Cinci face dovada unui spirit generos, fiind capabilă de dezinteresare și de raporturi excelente cu cei care o înconjoară.

Ce contează pentru tipul Cinci: să fie apreciat pentru ceea ce știe, pentru ceea ce cunoaște – să fie util, să fie „la curent".

Tipul 6

Alina este o femeie punctuală. Ea sosește la timp la toate întâlnirile. Întrucât nu îi place viața socială, ceilalți spun uneori despre ea că este timorată. În viața profesională, a avut șefi pe care i-a respectat – și în acest caz a fost o excelentă executantă –, pe alții i-a criticat, dar atunci înseamnă că nu i-a respectat prea mult.

Persoana de tip Șase este capabilă de simpatie și, mai ales, de legături puternice cu semenii săi (cei apropiați, familia, „cei din clanul ei"); ea este deseori mai bănuitoare în privința celorlalți.
Posedă o mare capacitate intuitivă de care se folosește mai ales ca să aprecieze riscurile și caracterul periculos al celorlalți.
Aceasta o face să aibă adesea mult simț al umorului.
Marea sa dificultate este lipsa de încredere în ceilalți și în viață. Față de persoanele în care are încredere, ea dă dovadă de o imensă loialitate. Ea apreciază o autoritate puternică și loială, căreia i se supune de bunăvoie.
Sau, dacă aceasta o decepționează, ea poate să i se împotrivească în mod sistematic.

În copilărie, mica persoană de tip Șase a trăit unele experiențe care au făcut-o să nu mai aibă încredere în multe lucruri, dar mai ales în ceilalți oameni.

A învățat să se apere refugiindu-se în cinste. În situații de stres, frica explică multe din atitudinile ei.

Compulsiunea sa: să evite devierea, trădarea.

• Atunci când sunt dominante trăsăturile sale pozitive, persoana de tip Șase dă dovadă de curaj și loialitate. Este pozitivă, interesată de viață și atentă cu ceilalți.

Ce contează pentru tipul Șase: să fie apreciat pentru cinstea sa – să fie capabil să supraviețuiască prin el însuși.

Tipul 7

Lucian este un excelent animator. Este apreciat pentru antrenul său. Îi place să se ocupe de lucruri variate, chiar pe plan sentimental. Uneori lasă impresia că este superficial. Se amuză din orice, ceea ce îl face simpatic multor oameni.

Persoana de tip Șapte se caracterizează printr-o arie largă a intereselor sale. Încearcă să evite suferința și izolarea. Ea poate să facă simultan mai multe lucruri, uneori cu o anumită lăcomie, fără să termine neapărat ceea ce a început. Aceasta o face să pară superficială în ochii celorlalți, dar ei îi apreciază pofta de viață și veselia.
Îi place să se ocupe de lucrurile care o interesează și atunci depune mult efort. În fața adversității, reacția sa este de a căuta adâncindu-se în gânduri și activități plăcute.
Acceptă foarte greu caracterul de rutină al unui lucru, grăbindu-se în acest caz să încerce să-l diversifice.

În copilărie, mica persoană de tip Șapte s-a simțit privată de mama sa sau de imaginea de autoritate și afecțiune, ceea ce a făcut-o să-și dea silința să nu se mai găsească într-o astfel de situație de frustrare.

Compulsiunea sa: să evite suferința și izolarea.

• Atunci când sunt dominante trăsăturile sale pozitive, persoana de tip Șapte este capabilă să-și exprime bucuria și optimismul față de viață și față de ceilalți oameni. Ea dă dovadă de o mare capacitate de integrare a experiențelor sale de viață și de compasiune față de ceilalți.

Ce contează pentru tipul Șapte: să fie apreciat pentru bucuria sa de a trăi – să nu îi lipsească stimulentele.

Tipul 8

În organizația de cercetași, Bernard era șeful patrulei.*
În viața profesională, el a devenit patron „datorită perseverenței sale", cum spune tot el adesea. Are o viață afectivă zbuciumată.
El „colecționează" blondele „bătătoare la ochi". Dar uneori este simplu și antrenant.

Persoana de tip Opt este harnică și vioaie. Ea corespunde adesea acelui gen de oameni pe care lumea îi numește „șefi înnăscuți". Pentru că vrea să controleze tot ce se întâmplă în jurul ei, ea își impune propriul punct de vedere, îl minimalizează pe al celorlalți, combătându-i deseori. Acest mod de a acționa o face de multe ori *„să considere viața drept o veșnică luptă"* cu ea însăși (ea își controlează emoțiile) și cu ceilalți. Acționează adesea în genul „totul sau nimic". Este deseori excesivă, entuziastă și energică.

În copilărie, mica persoană de tip Opt a intrat în competiție și a știut să-și impună rapid punctul de vedere în fața autorității părintești.

Compulsiunea sa: să evite slăbiciunea.

• Atunci când sunt dominante trăsăturile sale pozitive, persoana de tip Opt este capabilă de curaj și putere. Poate deveni capabilă de indulgență și de înțelegere.

Ce contează pentru tipul Opt: să fie recunoscut ca un om puternic – să-și poată afirma autoritatea.

Tipul 9

Paul este apreciat pentru că, în toate activitățile pe care le întreprinde, domnește o atmosferă plăcută.
Când apare un conflict, fie dă dovadă de o energie ieșită din comun, fie stă cu brațele încrucișate și se refugiază în alcool.

* Organizația de cercetași are drept scop dezvoltarea capacităților fizice și morale ale tinerilor; a fost creată în 1909 de Baden-Powell (n. trad.)

Persoana de tip Nouă vrea ca în jurul ei să domnească o înțelegere perfectă. Aceasta o face capabilă să-i asculte cu atenție pe ceilalți, să suporte uneori prea multe lucruri, să minimalizeze adevăratele probleme, iar toate aceste lucruri o pot conduce spre indolență, către o impresie de seninătate creată de obișnuință și de respingerea noului, către evitarea luării de decizii. Îi place să trăiască în propriul ei ritm, apreciază adesea natura și detestă să fie „presată" de timp.

În copilărie, mica persoană de tip Nouă s-a identificat cu rolul parental de bunăvoință și susținere, uitând de nevoile personale.

Compulsiunea sa: să evite conflictele.

◆ Atunci când sunt dominante trăsăturile sale pozitive, persoana de tip Nouă este în stare să accepte și să-i sprijine pe ceilalți. Căutarea păcii interioare și exterioare face din ea adesea o foarte bună mediatoare, sigură de ea, independentă și împlinită.

Ce contează pentru tipul Nouă: să fie recunoscut ca o persoană alături de care se trăiește ușor – să nu fie despărțit de ceea ce iubește.

„PENTRU MINE, CEEA CE CONTEAZĂ ESTE SĂ EVIT..."

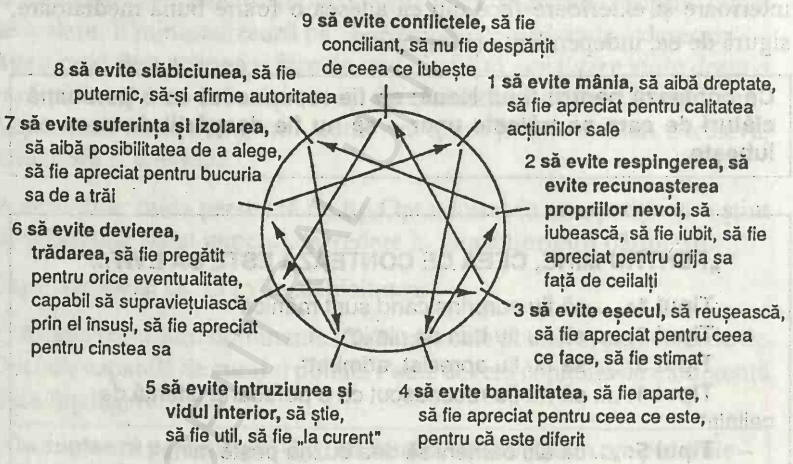
Tipul 1: „... să fiu surprins când sunt mânios"
Tipul 2: „... să nu fiu bun de nimic"
Tipul 3: „... să nu fiu apreciat, admirat"
Tipul 4: „... să nu fiu recunoscut ca o persoană diferită de ceilalți"
Tipul 5: „... ca alți oameni să dea buzna peste mine"
Tipul 6: „... ca alți oameni să fie incorecți cu mine"
Tipul 7: „... neplăcerile"
Tipul 8: „... să fiu perceput ca o persoană care nu este la înălțime; să nu pot controla ceea ce se întâmplă"
Tipul 9: „... neînțelegerile, tensiunile!"

Atenție! De-a lungul vieții, fiecare om se dezvoltă fie în mod pozitiv, spre ceea ce Eneagrama numește *„Evoluție"* (sau Integrare), fie spre *„Regres"* (sau Dezintegrare). Acest aspect îl vom prezenta pe larg mai târziu.

Ceea ce este important pentru fiecare tip

Înainte de a descrie portretele celor nouă tipuri de personalitate ale Eneagramei în Partea a IV-a, iată o imagine de sinteză înfățișând ce este mai important pentru fiecare tip.

Atenție! Psihologii afirmă că se întâmplă frecvent ca unele persoane să nu fie perfect conștiente de acele lucruri care în viață le „pun pe drumuri"...



BCU IAȘI / CENTRUL PENTRU PERSONAL LIBRARY

Aplicațiile Eneagramei

Cunoașterea de sine

Întrucât ne explică modul în care ne-au modelat unele mecanisme inconștiente, Eneagrama ne permite să recunoaștem cărui tip îi aparținem, ceea ce este extrem de important. Această descoperire este în același timp surprinzătoare și evidentă.

Instrument de previziune

Știm foarte bine cât de diferiți suntem în momentele de stres (atunci când ne deranjează, când ne irită sau când ne înspăimântă ceva) sau în momentele în care ne aflăm într-o formă bună și când avem condiții bune. Eneagrama ne arată că diferențele ce există între comportamentul de calitate (când avem condiții bune) și comportamentul în stare de stres nu se datorează întâmplării, iar o mai bună cunoaștere a acestor realități ne permite să prevedem lucrurile care au cele mai multe șanse să se producă în anumite situații.

Instrument de comunicare

După ce am recunoscut tipul căruia îi aparținem, putem să încercăm să-l identificăm pe cel al interlocutorului nostru, acționând astfel asupra relației (comunicării) ce există între el și noi.
Așadar, Eneagrama ne permite să ne dăm mai bine seama de ce a reușit sau de ce a eșuat o comunicare. În cazul unui eșec, ea ne permite să înțelegem în ce direcție să ne îndreptăm atenția ca să ajungem la o reușită.

Instrument de dezvoltare

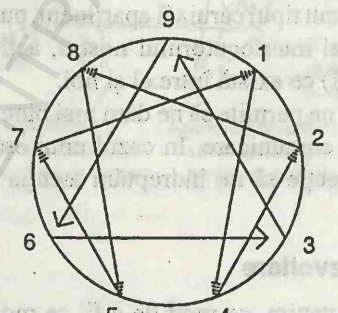
Dacă știm de unde venim, ce mod de a fi, ce mod de a comunica cu celălalt, cu ceilalți, cu lumea, cu viața am adoptat, vom putea să ne stabilim drumul vieții, vom putea, în sfârșit, să ne fixăm tipul de evoluție pe care îl vom alege.

DESCOPERIREA ENEAGRAMEI

Diagrama

După cum am mai spus, Eneagrama este o metodă de analiză și reprezentare a diversității personalității umane. Ea este, de asemenea, un sistem de explicare a varietății tipurilor umane și se poate dovedi extrem de utilă atât în viața profesională, cât și în cea particulară. Totodată, ea mai poate fi definită ca un mijloc de (re)conciliere a diferitelor părți ale aceleași persoane.

Cuvântul **eneagramă** (din grecescul „ennea" care înseamnă „nouă" și „gramma" care înseamnă „figură") înseamnă deci figură, simbol grafic cu nouă elemente – un poligon cu nouă vârfuri (eneagon) – reprezentate în interiorul unui cerc care le unește.



Eneagrama este un instrument al cunoașterii de sine – fără îndoială, acela ce răspunde cel mai bine la întrebarea pe care fiecare om și-o pune într-o zi: „Cine sunt eu?" – care se ocupă de psihicul omenesc și de viața sa interioară. Această grafică, provenită din Tradiție, reprezintă cele nouă forțe fundamentale care alcătuiesc realitatea psihică umană. Vom vedea puțin mai târziu din ce motive ființele umane dezvoltă în

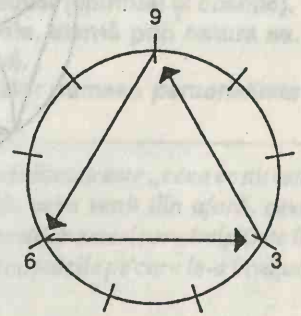
principal ***una*** dintre ele. Iar Eneagrama devine un minunat instrument de explicare a varietății omenești, **o tipologie.**

Eneagrama se deosebește de celelalte sisteme simplificatoare de cunoaștere a naturii umane prin faptul că ea ne invită să analizăm dinamica dezvoltării omenești.
Fiecare ființă omenească parcurge, cel puțin, o anumită traiectorie evolutivă în viața sa. Practic, nu există nici un individ care să nu fie mai evoluat la vârsta adultă decât era în copilărie.
Eneagrama este o metodă care manifestă interes pentru această dezvoltare, pentru această evoluție a fiecăruia dintre noi, și se bazează pe ea.

Uimitoarele caracteristici numerice

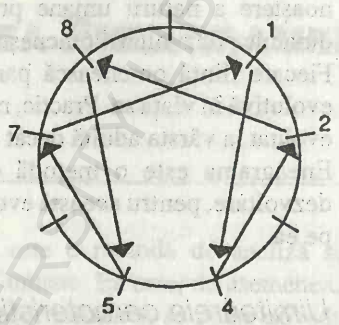
Am menționat mai înainte, cu toate că acest lucru rămâne de dovedit, posibila înrudire dintre Eneagramă și Pitagora, unul dintre cei mai mari matematicieni ai Greciei antice. Nu voi vorbi nici despre raporturile stabilite de științele esoterice, care subliniază apartenența la *numerele divine*: numărul 3 al Trinității și numărul 7 al Octavei.
Este la fel de adevărat că simbolul central al metodei, eneagonul, se supune unor legi geometrice și matematice destul de evidente și de surprinzătoare.
În primul rând, constatăm că Eneagrama este compusă din două figuri geometrice suprapuse: mai întâi, un triunghi echilateral, ale cărui cifre depind de numerele rezultate din împărțirea nesfârșită la trei a primelor trei numere:

1:3=0,33333
2:3=0,66666
3:3=0,99999



A doua figură geometrică este un hexagon neregulat, ale cărui cifre depind de numerele rezultate din împărțirea nesfârșită la șapte a primelor trei numere:

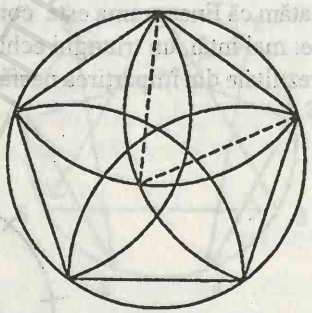
1:7=0,142857142857
2:7=0,285714285714
3:7=0,428571428571



Observăm că aceste numere corespund de asemenea ordinii *săgeților* Eneagramei – al căror sens îl vom explica mai târziu. Unii nu ezită să facă apropieri între Eneagramă și Divina Proporție, stabilită de Luca Pacioli în 1509.

Ne aflăm astfel, din plin, în sfera esoterismului (a se vedea *„Ați spus «esoteric»?"* pag. 155).

Diverși artiști, ca Leonardo da Vinci și Albrecht Dürer, și-au îndreptat atenția către următoarea figură geometrică:



BCU IAȘI / CENTRU VECHI / LIBRARY

Un postulat fundamental al Eneagramei

De la esență la existență
sau nașterea personalității

„Pentru că nu știi cum este unit sufletul de trup, tu nu cunoști opera lui Dumnezeu".

Ecleziastul

„Nu sunt ceea ce sunt".

Shakespeare

„Noi nu ne-am născut încă în această lume".

Rimbaud

Există un postulat în privința căruia cele mai vechi texte scrise se întâlnesc cu acelea ale noilor promotori ai Eneagramei – (care își susțin observațiile pornind de la lucrările unor celebri oameni de știință, cum ar fi profesorul J. Eccles*, premiul Nobel pentru chimie) – acela al conceperii ființei umane.
Fără să dezvolt ideea, mă voi limita la următoarea sinteză:

Atunci când micul om (care am fost cu toții) vine pe lume, el nu este decât corp (fizic și pământesc) și suflet (spiritual și cosmic). Acest suflet constituie *esența* ființei sale, eternă prin natura sa. Adică Ființa sa profundă (numită și *Sine*).
Ceea ce marea majoritate a occidentalilor numesc *personalitate* este *Eul* sau *Ego-ul*.**

Esența în om este „ceea ce este al lui". Personalitatea este „ceea ce nu este al lui". „Ceea ce nu este al lui" înseamnă: ceva venit din afară, ceva învățat sau reflectat de el; toate urmele impresiilor exterioare întipărite în memorie și senzațiile, toate cuvintele și toate mișcările pe care le-a învățat,

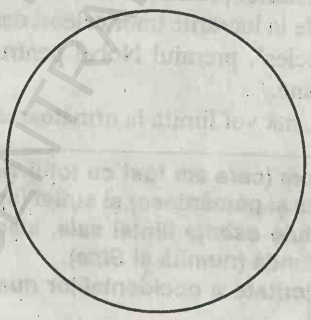
* A se vedea bibliografia.

** Să ne reamintim un alt postulat, enunțat deja, care ne spune că nu putem stabili momentul din care o ființă omenească ESTE.

*toate sentimentele create prin imitare, toate acestea reprezintă „ceea ce nu este al lui", toate acestea formează personalitatea**.

Eul este, de fapt, o parte a ființei noastre **fizice**** care se superadaptează, la începutul existenței (durata vieții terestre a unui individ este *existența* sa), la trebuințele și la presiunile mediului său înconjurător, constituind astfel un Ego.

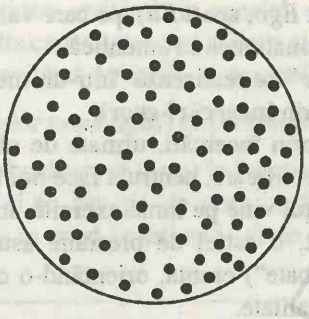
Nu se știe prea bine – nici oamenii de știință, nici specialiștii în Eneagramă nu știu – cum se făurește personalitatea umană, deși filosofii și psihologii au propus deja unele ipoteze interesante referitoare la acest subiect (ipoteze care, privite mai îndeaproape, nu sunt întru totul opuse față de lucrurile prezentate aici). Aceste ipoteze se situează dincolo de dihotomia sterilă „corp >< spirit". Jung, în special, face o deosebire între ceea ce numește el *„suflet"* – ființa profundă („cine suntem noi cu adevărat") – și *„persona"* unui subiect (sau masca socială). Budiștii, la rândul lor, consideră că acest *„atman"* (esență) este diferit de *„pudgala"* (individ)***.
În sfera Eneagramei, lucrurile se petrec după cum urmează:
Cu toate că ceea ce urmează nu poate fi demonstrat – conform criteriilor absolute ale acelor științe numite exacte –, eu cred că există nenumărate persoane care pot intui adevărul acestui postulat.



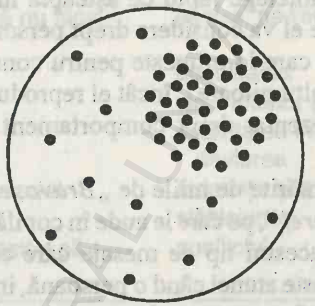
Atunci când micul om vine pe lume el este *„esență".*

---

* „Fragments d'un enseignement inconnu", P. Ouspenski (vezi bibliografia).
** Creierul face parte din corpul nostru, iar funcțiile cerebrale sunt componentele „Eului" nostru (al Ego-ului nostru), pe care îl numim personalitatea noastră.
*** În „Le bonheur-liberté, bouddhisme profond et modernité", Serge Kolm.



„*Ego*"-ul său începe să se formeze, ca o reacție la presiunile anturajului.



Aceste presiuni „*orientează*" formarea Ego-ului său într-o direcție specială: cea a tipului său, animat de un *mecanism de apărare*, de *o compulsiune*, de *o tendință principală*, dar și de *o virtute* și de *o forță principală* potențiale.

Noțiunile de *mecanism de apărare*, de *compulsiune*, de *tendință principală*, de *virtute* și de *forță principală* sunt concepte centrale pentru Eneagramă.
De aceea, în această carte, ele vor ocupa un loc important.
Altfel spus, primele solicitări suportate de micul om sunt atât de importante pentru corpul său încât ele reușesc să-i devieze potențialitățile psihice *într-o direcție* specială.

Prin esența sa, micul om este la început încrezător în semenii săi și în mediul său înconjurător. Dar amenințările – reale sau imaginare – la adresa „integrității" sale îl vor face să-și „*construiască*", progresiv,

acest *personaj* (acest *Ego*, acest *Eu*), pe care va fi puternic tentat să-l considere drept personalitatea sa autentică.
Această *„construcție"* se realizează într-un mod pe care psihologia clasică îl numește: prin **încercări-erori.**
Aceasta înseamnă: prin încercări, urmate de observarea rezultatelor obținute și apoi de rectificare, pentru a face noi încercări. Altfel spus, mediul în care micuțul vine pe lume exercită, în general într-un mod prea puțin conștient, o astfel de presiune asupra acestuia încât îi „deviază" (sau îi „abate") esența, orientând-o către construirea unui anumit tip de personalitate.

• **Teama este deci primul factor generic** a ceea ce se numește *„falsa noastră persoană"*.
Și întrucât micuțul înțelege rapid ce așteaptă lumea de la el, începe construirea a ceea ce el va considera drept personalitatea „sa".
„Recompensele" pe care le primește pentru construirea personalității sale sunt atât de „mulțumitoare", încât el reproduce de nenumărate ori ceea ce i-a fost prezentat drept comportament pe care trebuie să-l adopte.
Toate acestea sunt întărite de miile de *„Bravo, este bine! Acum ești o (un) fetiță (băiat) mare!"*, pe care le aude în copilărie și care îl abat de la esența sa. Culmea acestui tip de mesaje care contribuie la întărirea Ego-ului micuțului este atunci când o persoană, importantă în ochii lui, spune cu mândrie: *„Seamănă perfect cu bunicul lui (sau cu bunica), sau cu sora lui, sau cu vărul Guillaume"*.

• **Crearea unei identități este deci al doilea factor generic** al falsei noastre persoane. Primele anturaje îi prezintă micuțului o „imagine" cu care el este invitat – sau forțat – să semene. Acest lucru corespunde în psihologia clasică *mecanismului de identificare.*
Ansamblul elementelor descrise îi va imprima individului ceea ce Gurdjieff numește *tendința sa principală.*

Toate acestea seamănă cu observațiile unor autori de psihologie clasică, pentru care *„esențialul personalității a fost construit în jurul primelor mecanisme de apărare descoperite de copil"*.

Deci, în funcție de particularitățile primelor anturaje (persoanele care contează cu adevărat pentru ea), o ființă omenească își va dezvolta mai ales un Ego foarte (prea) altruist față de ceilalți și va evita să-și recunoască propriile trebuințe, alta își va dezvolta rigurozitatea personală și

gustul pentru perfecțiune, evitând, în special, să se înfurie, o altă persoană își va dezvolta capacitatea de a acționa și de a evita eșecul, alta curajul și loialitatea, evitând devierile, și așa mai departe...

...Aici se află **geneza celor nouă tipuri de personalitate** ale Eneagramei.

Iar cele nouă tipuri de bază se vor forma în funcție de o teamă specifică, proprie fiecărui tip, și în funcție de ceea ce fiecare va încerca în consecință să evite – în mod conștient – și pe care o numim **compulsiunea** sa.

TEAMA ARHAICĂ DE BAZĂ	COMPULSIUNE (ÎNCEARCĂ SĂ EVITE)
1 să facă lucrurile prost	mânie
2 să nu fie folositor	recunoașterea propriilor trebuințe, respingerea
3 să nu fie iubit dacă nu face nimic	eșecul, ne-recunoașterea
4 să fie părăsit	banalitatea
5 să fie invadat	vidul interior și intruziunea
6 să fie trădat	autoritatea imprevizibilă și deci devierea
7 să sufere și să fie izolat	suferința și izolarea
8 să pară slab	slăbiciunea
9 să se exprime și astfel să apară un conflict	conflictul

Toate acestea constituie o adevărată abatere de la esență a ființei noastre, pe care milioane de oameni o trăiesc fără să-și dea seama. (Aceștia sunt „adormiții" lui Gurdjieff)*.

În schimb, alții – mai ales în secolul XX, în partea noastră de lume – cunosc uneori ***momente privilegiate***, când parcă se simt copleșiți de un sentiment de nostalgie față de ceva ce nu poate fi definit, fie în toiul unei crize de adolescență, fie în unele împrejurări speciale ale vieții de adult. Este o senzație de îndoială față de căile de evoluție pe care s-au angajat, față de deciziile de orientare pe care le-au luat. O senzație însoțită de o întrebare surdă. Fie *„Cine sunt eu cu adevărat?"*, fie *„Sunt eu oare persoana care cred eu că sunt?"*. La care se adaugă încă o întrebare, deseori plină de spaimă, despre auto-libertatea care i-a condus către această alegere: iluzie sau realitate?

* A se vedea „Fragments d'un enseignement inconnu" în Bibliografie.

Pe scurt, Ego-ul nostru (falsa noastră personalitate) este rezultatul unei „programări" care ne-a abătut de la esența noastră profundă. O programare care „construiește" tipurile noastre de senzații, modul nostru de a gândi, comportamentul nostru social.

SCHEMA FORMĂRII EGO-ULUI

de jos în sus:

Obiceiuri

⇑

Comportamente repetate (Tendința principală) — CONȘTIENT

⇑

Mecanisme de apărare și compulsiune — INCONȘTIENT

⇑

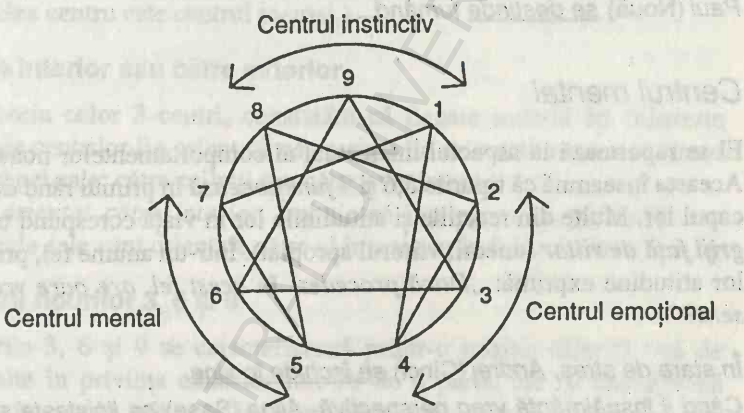
TEAMA DIN COPILĂRIE

După Eric Salmon

BCU IAȘI / CENTRAL UNIVERSITY LIBRARY

Ființa umană și cei trei centri ai săi

Teoria celor „3 centri" (elaborată de Gurdjieff) este prima cale de acces care ne permite să definim tipul unei persoane. Ea ne permite să desprindem caracteristici comune celor trei grupe formate din 3 tipuri de personalitate. Această teorie ne prezintă modul în care fiecare individ își folosește energia fizică și psihică. Fiecare ființă umană se caracterizează prin modul în care favorizează unul din acești trei **centri.**



Toți oamenii posedă acești trei centri.
Prin frecvența folosirii lor, prin confortul sau disconfortul pe care îl resimte, fiecare ființă umană are un centru preferențial, un centru pe care îl folosește în al doilea rând și un centru reprimat.

Centrul instinctiv-motor

El se raportează la aspectul visceral al comportamentelor noastre și la funcțiile motrice ale corpului nostru.
El este și sediul primelor noastre impulsuri.
Aceasta înseamnă că tipurile 1,8 și 9 *funcționează* în primul rând conform instinctivității lor. Multe din reacțiile și atitudinile lor în viață corespund noțiunii de ***persistență în timp.***

Aceasta înseamnă, mai ales, că tipurilor 1,8 și 9 nu le place schimbarea și că și-au format multe obiceiuri. Într-un anume fel, prima lor atitudine exprimă: *„Luați-mă așa cum sunt"*.
În exemplele din acest capitol, cuvintele subliniate reprezintă legătura cu centrul privilegiat.
Tipurile 1,8 și 9, pornind de la ceea ce simt în centrul lor instinctiv, consideră că *omul este prea puțin capabil să acționeze asupra lumii.*

Când este iritat, Albert (Unu) *ar fi tentat cu ușurință să lovească, dar buna sa educație îl face să-și îndrepte mânia asupra sa, fapt care se soldează cu dureri de spate și uneori ulcer.*
Bernard (Opt) *nu se încurcă cu analizele contradictorii făcute de ingineri, cu privire la proiectul 2002. El se precipită. În stare de stres, Paul* (Nouă) *se destinde fumând...*

Centrul mental

El se raportează la aspectul intelectual al comportamentelor noastre. Aceasta înseamnă că tipurile 5,6 și 7 *funcționează* în primul rând după capul lor. Multe din reacțiile și atitudinile lor în viață corespund unei ***griji față de viitor*** (uneori, viitorul apropiat). Într-un anume fel, prima lor atitudine exprimă: *„Dacă procedez în acest fel, are oare vreun sens?"*

În stare de stres, Andrei (Cinci) *se închide în sine.*
Când îl înspăimântă vreo perspectivă, Alina (Șase) *se liniștește spunându-și: „Am făcut ceea ce trebuia să fac".*
În fața unei dificultăți, Lucian (Șapte) *reflectează îndelung.*

Centrul emoțional

El se raportează la aspectele afective și emoționale ale comportamentelor. Aceasta înseamnă că tipurile 2,3 și 4 *funcționează* în primul rând după „inima" lor. Multe din reacțiile lor au legătură cu ***un trecut*** apropiat sau îndepărtat. Într-un anume fel, prima lor atitudine exprimă: *„Mă iubești sau nu?"*

Dacă cineva îi vorbește cu duritate, Jacqueline (Doi) *plânge cu ușurință.*

Dacă lui Robert (Trei) *i se opune cineva, el se înfurie.*
În stare de stres, Ingrid (Patru) *poate să devină foarte înspăimântată.*

Fiecare tip are un centru preferențial: cel cu care este obișnuit cel mai mult. Adică acela cu ajutorul căruia el reacționează cel mai des față de ceilalți, în fața evenimentelor.
Fiecare tip are, de asemenea, un centru pe care și-l reprimă mai mult decât pe celelalte.
În fine, fiecare tip are un centru pe care îl folosește mai puțin decât pe celelalte.
Al 2-lea centru al unei persoane este acela care, în repartiția grafică a centrilor, se învecinează cu tipul său. (Exemplu: Pentru tipul Patru, al doilea centru este centrul mental.)

Către interior sau către exterior

În Teoria celor 3 centri, constatăm că fiecare individ își folosește energia centrilor fie orientată *către sine*, fie orientată *către exteriorul* persoanei sale: către ceilalți sau către evenimente.
Prin *orientat către interior*, trebuie să înțelegem că gândurile sau acțiunile sale sunt orientate către el însuși sau în folosul său.

Centrii tipurilor 3, 6 și 9

Tipurile 3, 6 și 9 se caracterizează printr-o poziție diferită față de celelalte în privința centrilor lor. Pe de o parte, ele își canalizează deseori energia atât spre interior, cât și spre exterior, în funcție de centrul lor preferențial. Pe de altă parte, al 2-lea centru al persoanelor de tip 3, 6 și 9 nu este fixat, fiind așadar variabil, în funcție de individ.

În partea a patra a acestei cărți – unde sunt descrise toate tipurile de personalitate –, ordinea importanței centrilor o veți găsi la rubrica **Ordinea centrilor.**

Ființa umană către Integrare sau Regres?

Către Integrare

Putem observa cu ușurință, la noi înșine sau la ceilalți, că în viață există momente fericite.
Atunci când reușim să le facem să dureze, devenim sensibili la *„miile de desfătări ale vieții"*, așa cum spune Michel Galabru. Există momente când comunicăm mai bine cu ceilalți, când dorim să facem unele descoperiri, când ne asumăm cu ușurință riscuri bine gândite. Când *evoluăm*. Când ne aflăm în armonie cu noi înșine și cu ceilalți. Conform psihologiei clasice și Eneagramei, atunci suntem **„în integrare"** cu noi înșine și cu ceea ce ne înconjoară.
Simțim atunci că domină trăsăturile pozitive, că suntem în contact cu cele mai bune resurse ale noastre, gata să ne dezvoltăm talentele, gata **„să evoluăm"**.
În excelenta sa lucrare *Plus loin sur le chemin le moins fréquenté*, Scott Peck* ne reamintește că *„integrare înseamnă să revenim într-un ansamblu ca să formăm un tot"*. Adică să ajungem la armonie, la ***unitatea*** cu toate acele mici „euri" care ne formează, cu tot ce ne înconjoară și – așa cum se spune în psihologia transpersonală – cu tot ce ne depășește. Iar Scott Peck, cu bună știință, ne dă un excelent contraexemplu:

„Mulți oameni se duc duminica la biserică, își declară aici iubirea față de Dumnezeu și față de creația Sa, dar luni, la serviciu, acceptă fără vreo mustrare de conștiință ca produsele toxice din întreprinderea lor să fie deversate în apa râului".

Către Regres

„Din nefericire – așa cum spune proprietăreasa mea – *momentele în care ne simțim stăpâni pe noi înșine sunt mult mai rare decât celelalte..."*

Care celelalte? Într-un cuvânt sau într-o sută: atunci când suntem „într-o stare proastă", în dezacord cu noi înșine sau cu tot ce ne înconjoară.

---

* A se vedea bibliografia.

Atunci ne aflăm în „regres".
Unii autori spun: în dezintegrare.
Acest lucru se întâmplă atunci când suntem ușor stresați (ceva ne deranjează puțin) sau când suntem puternic stresați (suntem pe un pat de spital, în conflict cu una sau mai multe persoane, într-o tranșee, în plin bombardament), iar între aceste două tendințe se află toate nuanțele care se datorează suferințelor, bolilor, tensiunilor interrelaționale, economice, educative etc.
Atunci regresăm, pierdem „ce avem mai bun în noi". În acele momente, ne aflăm sub imperiul impulsurilor despre care spunem cu bucurie că sunt *„mai puternice decât noi"* și că *„nu putem să facem altfel"* decât să ne supunem lor. În acele momente, nu ne aflăm în armonie cu noi înșine și, în general, nici cu ceilalți.
Pentru Eneagramă, acestea sunt momentele în care depindem cel mai mult de ***compulsiunea*** noastră și de ***tendința*** noastră ***principală*** (sau pasiune).
(În acest capitol sunt introduse noțiuni pe care le vom clarifica mai târziu.)

Cum trăim cel mai adesea?

În care dintre cele două feluri de a fi (integrare sau regres) credeți că își petrece cea mai mare parte a vieții un individ? Degeaba pretinde domnul Hans Selye – marele „descoperitor la stresului" – că avem nevoie de un minimum de stres ca să supraviețuim (fără de care măduva spinării noastre, insuficient stimulată, riscă să se deterioreze*), pentru că există nenumărați oameni care trăiesc sub influența unui stres mediu sau a unui stres puternic și care au numeroase momente de integrare și numeroase momente de regres.

Don Richard Riso**, o figură de marcă a Eneagramei, consideră că numeroase persoane trăiesc într-un registru **mediu**.
Destul de multe persoane trăiesc adesea într-un registru **periculos de regres**.
Relativ numeroase sunt și acelea care trăiesc într-un registru înalt de **integrare** (sau de evoluție).
Tot prea numeroase sunt și acelea care trăiesc într-un registru **foarte periculos de regres**. În acest caz, numai psihoterapia le poate ajuta.
Foarte rare sunt cele care trăiesc într-un registru **foarte înalt** de **integrare**.

---

* A se vedea „Analiza Tranzacțională".
** Vezi bibliografia.

Așadar, ființele omenești sunt repartizate pe mai multe niveluri:

(etaje)		cazuri
7	**nivel foarte înalt de integrare**	foarte rare
6	**nivel înalt de integrare**	destul de multe
de la 2 la 5	**nivel mediu de integrare**	foarte multe
1	**nivel periculos de regres**	multe
parter	**nivel foarte periculos de regres** (nivel patologic)	mult prea multe

Comparând evoluțiile și regresele trăite de contemporanii noștri occidentali cu deplasarea unui ascensor într-o clădire cu 7 etaje (3 etaje formând nivelul mediu) ne permitem să spunem că foarte puțini oameni locuiesc la etajul al 7-lea. Puțini (totuși, prea mulți – vor fi întotdeauna prea mulți) locuiesc la parter. Mulți evoluează între etajele 2 și 5. Destui oameni locuiesc la etajul 1, urcând uneori la etajele 2 și 3. Destul de mulți locuiesc la etajul 6, coborând uneori la etajele 4 și 3.

Mecanismele de apărare (explicate mai târziu) sunt prezente atât în faza de integrare, cât și în faza de regres.

Ființa umană în Integrare

Eneagrama aparține acelui curent care s-a impus sub numele de *psihologie transpersonală* (v. pag. 151)
Ea se înscrie, de asemenea, în continuarea mișcării care s-a impus sub numele de *Mișcarea potențialului uman* sau *psihologie umanistă*, care se caracterizează prin prezumțiile lor, presupunerile lor* sau postulatele lor pozitive referitoare la capacitățile și potențialitățile umane, pe care le consideră imense.
Specialiștii în Eneagramă confirmă faptul că este realist să considerăm ființa umană ca având atât potențialități regresive (compulsiunea și tendința principală), cât și potențialități pozitive, evolutive, cum sunt virtuțile și talentele.

* O presupunere confirmată de experiență, chiar dacă ea nu poate fi în mod clar demonstrată.

Cu cât o ființă omenească este mai liberă –, în sensul complet al cuvântului – cu atât mai mult își dă seama că de ea însăși depinde calitatea vieții pe care o trăiește. Ea acționează ca o persoană pe deplin răspunzătoare de propria viață.

Cu cât este mai dependentă, cu atât mai mult atribuie dificultățile existenței sale celorlalți, lumii, vieții.

PE SCURT

Atunci când o ființă umană este în armonie cu ea însăși și cu anturajul ei, spunem despre ea că este **în *Integrare*** (*evoluție*). Ea se manifestă atunci prin **forța principală** și prin **virtutea** caracteristice tipului ei.

Atunci când se află în discordanță cu ea însăși și cu anturajul ei, spunem că se află **în *regres*** sau în *dezintegrare*, ea acționând atunci sub imperiul **compulsiunii** și al **tendinței principale** caracteristice tipului ei, exprimate deseori cu **mândrie** și chiar cu **orgoliu.**

Numeroși indivizi își trăiesc multe momente ale existenței lor la un **nivel mediu**, între cele două tendințe, când se manifestă caracteristicile specifice ale celor două tendințe.

Mecanismele de apărare operează atât în faza de regres, cât și în faza de integrare.

Caracteristicile ființei umane în regres vor fi descrise mai târziu.

Ființa umană oscilează între faze de integrare și faze de regres

virtute	⇑
forță principală	**către Integrare** (Evoluție)
mecanisme de apărare, prima atenție	prezente atât în faza de integrare, cât și în cea de regres
compulsiune	
tendință principală (pasiune)	
mândrie	**către Regres** (dezintegrare)
orgoliu	⇓

Toate elementele descrise în această carte ne permit, bineînțeles, să determinăm tipul unei persoane.
Iată, totuși, ordinea preferențială:

ORDINEA PREFERENȚIALĂ PENTRU DETERMINAREA UNUI TIP

1 Reperarea centrului preferențial al persoanei
2 Reperarea compulsiunii și a primei atenții
3 Reperarea tendinței principale

Știm că la persoanele aflate la un nivel superior, **virtutea** și **forța** sunt cele mai „vizibile".
Pentru facilitarea înțelegerii, explicațiile relative la aceste caracteristici și cele deja evocate sunt date în ordinea următoare:

1. Cei 3 centri (v. pag. 37)
2. Prima atenție
3. Mecanismele de apărare
4. Compulsiunea
5. Tendința principală
6. Mândria
7. Orgoliul
8. Săgețile
9. Virtutea
10. Forța principală
11. Contra-săgețile

@ Prima atenție

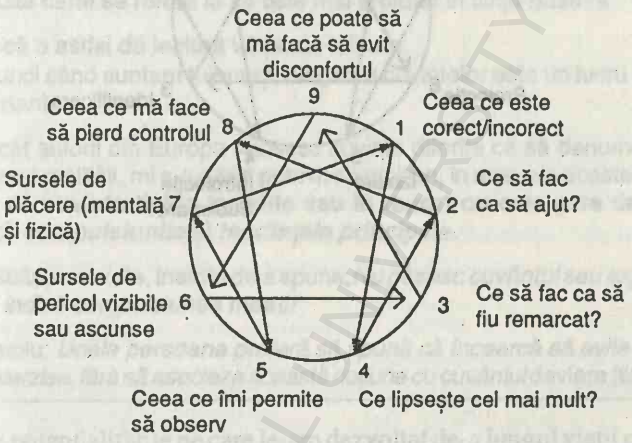
Din multe motive – de la cele mai meschine până la cele mai nobile – și pentru Eneagramă fiecare tip este în **primul rând** mai atent la anumite realități decât la altele; noi le numim ***„filtre de atenție"***.
Atenția obișnuită se îndreaptă asupra „obiectelor atenției", care pot fi senzații fizice, emoții, gânduri, amintiri, proiecte. Avem nevoie de un anumit timp ca să conștientizăm propriile noastre filtre de atenție.

Exemplu: Intrând într-o sală de ședințe, Kevin (Unu) *se uită în primul rând dacă lucrurile sunt la locul lor, dacă oamenii sunt sau nu „corect" îmbrăcați.*

Gaëtane (Doi) *caută persoana spre care va putea să se îndrepte ca să o ajute.*

Alexandre (Cinci) *observă sala și alege locul care, după părerea lui, îi va permite să rămână la distanță de ceilalți și să-i observe etc.*

ENEAGRAMA „PRIMELOR ATENȚII"

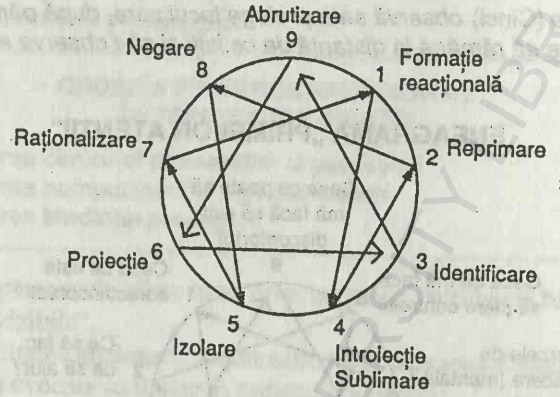


Mecanismele de Apărare (MdA)
(„ca să iasă din încurcătură")

Sunt primele mecanisme fixate în copilărie, ***„ca să iasă din încurcătură"*** în fața presiunilor și exigențelor adulților.

Aceste mecanisme de apărare, prin folosirea lor repetată, au devenit mecanisme-reflexe, care însoțesc individul de-a lungul întregii sale vieți. Sunt primele reacții la stresul vieții, fiind prezente atât în faza de integrare (evoluție), cât și în faza de regres. Aproape întotdeauna sunt inconștiente, pentru că s-au fixat din cea mai fragedă copilărie. Gurdjieff le numește „tampoane". Fiecare mecanism de apărare va fi explicat în raport cu fiecare tip de personalitate.

ENEAGRAMA MECANISMELOR DE APĂRARE



BCU IAȘI CENTRAL UNIVERSITY LIBRARY

Ființa umană în Regres

INFORMAȚIE FOARTE IMPORTANTĂ

Această carte se referă la ce este mai profund în ființa noastră.

Știm că o astfel de lectură vă poate tulbura.
Și atunci când suntem tulburați, alegerea cuvintelor este un lucru foarte important.

Întrucât autorii din Europa folosesc cuvinte diferite ca să denumească aceleași realități, mi s-a părut potrivit să propun, în anexele acestei cărți, **liste de cuvinte tipice înrudite sau în raport cu cele care desemnează *compulsiunile* și *tendințele principale*.**

Consultați anexele, înainte de a spune *„Nu găsesc cuvântul sau expresia care indică compulsiunea mea!!!"*

Exemplu: *Unele persoane preferă să spună că încearcă să evite lucrurile interzise, fără să asocieze această noțiune cu cuvântul* deviere (tipul 6).

Dintre potențialitățile pe care le-am dezvoltat de-a lungul vieții noastre, pe unele le putem în mod sigur considera drept calități, pe altele drept limite*.

Compulsiunea

Din momentul în care ne aflăm sub influența celui mai ușor stres, noi acționăm sub imperiul **compulsiunii** noastre.

Cunoașterea propriei compulsiuni

Compulsiunea este, conform dicționarului, *„forța interioară datorită căreia un subiect este determinat să comită anumite acte și căreia el nu i se poate opune"*.
Traducând în limbajul obișnuit, ea reprezintă *ceea ce un individ nu poate să nu facă sau „ceva care este peste puterile mele și nu pot să fac altfel"*.

---

* Este mai bine să le numim limite și nu „defecte".

Eneagrama întocmește harta compulsiunilor celor nouă tipuri de personalitate.
Recunoașterea compulsiunii nu este aproape niciodată un lucru evident pentru nimeni, în afara acelor oameni care au o conștiință de sine foarte trează.
Pentru că se formează în fragedă copilărie, ea devine o „a doua natură", dar ar fi mai adecvat să vorbim despre o primă „condiționare".
Ea este atât de fundamentală pentru personalitatea noastră încât multora dintre noi le vine destul de greu să o descopere. Este atât de prezentă încât *„nu o mai vedem"*.
Compulsiunea reprezintă motorul Ego-ului nostru (atenție! n-am spus egoism!) –, adică ea este realitatea de bază a „personalității" noastre, ea **„ne conduce viața"** – în cea mai mare parte a timpului (90% din timpul nostru, după unii autori). Și adesea, numai atunci când beneficiem de condiții extrem de favorabile – detașare față de ceea ce ne face să ne agităm în viața de zi cu zi – cei mai mulți dintre noi sunt în măsură să o recunoască.

Exprimarea orală a acestei compulsiuni este în general destul de ambiguă la cea mai mare parte a oamenilor.
De exemplu, o persoană de tip Unu va spune că *„nu vrea să riște să se înfurie"*; o persoană de tip Trei va spune *„că vrea să evite riscul unui eșec"*; o persoană de tip Cinci va spune că vrea *„să evite riscul de a fi invadată de prezența altora"* (compulsiune de intruziune).

Un alt mod de a descrie compulsiunea este de a vorbi despre un ***sistem de subterfugii.***
În cea mai mare parte a timpului, majoritatea oamenilor se străduiesc, de obicei în mod inconștient, ***să evite*** anumite realități.
Eneagrama definește cele nouă compulsiuni care corespund fiecărui tip de personalitate.

Chiar și în vacanță, Arthur devine „șeful grupului", organizând programul celorlalți, care apreciază acest lucru.

În viață, ca și în vacanță, el acționează de asemenea manieră încât să ocolească acest tip de comportament care constă în slăbiciune.
Compulsiunea tipului Opt este ***evitarea slăbiciunii.***

Chiar și atunci când trebuie să facă față opoziției celor trei colegi ai săi, chiar dacă agenda sa de lucru este foarte încărcată, Quéntin îi ascultă mai întâi, apoi propune o soluție care să le convină tuturor.

Compulsiunea sa, de tip Nouă, este ***evitarea conflictelor.***

Deși i-a precizat soțului său ce așteaptă de la el în vacanță, Elisabeth își înfrânează mânia atunci când acesta îi propune pentru a cincea oară să viziteze un muzeu.

Compulsiunea sa, de tip Unu, este ***evitarea mâniei.***

Isabelle nu se poate stăpâni să nu vină în întâmpinarea nevoilor celorlalți. La atelier, în pauză, se grăbește să întrebe pe fiecare ce dorință are.
Acasă, ea mai lustruiește încă pantofii celor patru copii, care au peste 20 de ani!

Ea se străduiește să evite recunoașterea propriilor trebuințe. Pentru Eneagramă, Isabelle manifestă compulsiunea tipului Doi, aceea de ***a evita recunoașterea propriilor trebuințe, dar și respingerea.***

La serviciu, Antoine nu se poate stăpâni să nu „deformeze adevărul" în legătură cu un proiect, ca să ocolească un obstacol.

El se străduiește să evite eșecul. Compulsiunea sa, de tip Trei, este ***evitarea eșecului.***

Marc cheltuiește o parte importantă a bugetului său ca să se îmbrace și să-și decoreze interiorul casei.

El se străduiește să evite banalul. Compulsiunea sa, de tip Patru, este ***evitarea banalității.***

Laurent își dă toată silința încât să aibă întotdeauna o carte la el. El face parte dintre aceia care citesc pe plajă, pe terasa unei cafenele, în metrou.

El se străduiește să evite vidul interior.
Este compulsiunea de tip Cinci, ***evitarea vidului interior și a intruziunii.***

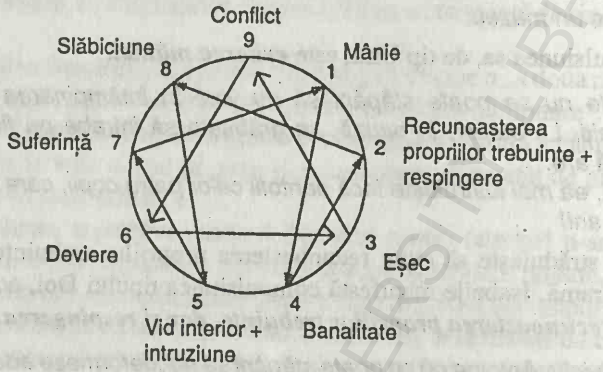
Quentin se simte în siguranță atunci când vede că, la fel ca și el, colegii săi se supun cu strictețe dispozițiilor.

El se străduiește să evite orice formă de deviere. Compulsiunea sa, de tip Șase, este ***evitarea devierii.***

Alexandre este un bărbat „foarte ocupat", care și-a diversificat activitățile profesionale „ca să fie permanent ocupat, ca să trăiască situații extrem de stimulative", așa cum afirmă adesea.

El se străduiește să evite orice formă de neplăcere. Compulsiunea sa, de tip Șapte, este ***evitarea suferinței și a izolării.***

Nu trebuie să judecăm aceste compulsiuni, ci pur și simplu trebuie să constatăm că fiecărui tip uman îi corespunde o compulsiune.



Compulsiunile de evitare, adică ce încearcă fiecare tip de personalitate să evite

După descoperirea centrilor și a orientării lor către interiorul/exteriorul persoanei, recunoașterea compulsiunii unui individ este cea de a doua caracteristică ce ne permite definirea tipului său de personalitate. Manifestarea compulsiunii inclusă în Ego-ul nostru – în masca socială – este un mecanism psihologic care se opune evoluției către integrare și către dimensiunea transpersonală (v. pag. 42).

→ ATENȚIE! NU UITAȚI SĂ CONSULTAȚI ANEXELE CU CUVINTE TIPICE, DE LA SFÂRȘITUL CĂRȚII.

Tendința principală

Definiție

„Tendința principală" este o **„stare"**, o **„emoție"** (un „mod de a acționa", „un mod de a fi") care ne subjugă – iată de ce mulți autori au preferat în locul acestei denumiri termenul de „pasiune", deși aceasta a fost aleasă de Gurdjieff – și care depinde direct de compulsiune.

„Axa centrală în jurul căreia se organizează gândurile, sentimentele și modelele de comportament", după cum subliniază Helen Palmer*, o mai putem descrie și ca pe o **atitudine psihologică** ce contribuie la (ce este un mijloc pentru) întărirea compulsiunii.
Când folosesc cuvântul „pasiune", specialiștii în Eneagramă o definesc ca pe o *„emoție resimțită mai ales ca o consecință a compulsiunii"* și în general *„prea puțin conștientă, cel puțin în privința frecvenței trăirii ei"***.

Cum? Există oameni care fac o pasiune pentru teamă (tendința lui Șase) sau pentru înșelătorie (tendința lui Trei)? După părerea mea, acesta este tipul de desconsiderare pe care-l generează utilizarea cuvântului „pasiune".

Jacqueline practică ***negarea*** *(negarea realității)* (tendința tipului Opt), *acționând ca și cum lucrurile s-ar afla în continuare sub controlul ei, chiar și atunci când ele nu mai sunt așa. Compulsiunea sa este evitarea slăbiciunii.*

Atunci când, după părerea sa, „presiunea" devine prea puternică, Daniel își „încrucișează brațele", încearcă să renunțe la treaba pe care o făcea și se afundă într-un fotoliu, luându-și un pahar de whisky ***(lenea –*** tendința tipului Nouă).

Când copiii dau sonorul la „maximum" și când latră câinele, Monique izbucnește într-o criză de furie pe care o consideră „justificată" ***(mânia –*** tendința tipului Unu).

Deoarece Claude se mândrește cu faptul că este indispensabil celorlalți (tendința sa este **orgoliul**), *acest lucru îl face să persiste în comportamentul său compulsiv, adică se ocupă de ceilalți până într-atât încât evită să-și recunoască propriile nevoi* (tendința tipului Doi).

Roger este foarte atent să-și „vândă" propria persoană. El consideră că, pentru ca o afacere să reușească, „contează modul în care sunt prezentate argumentele". De altfel, el nu consideră că „minte" (tendința tipului Trei *este* ***înșelătoria***).

Kevin este deseori convins că ceilalți duc o viață mai bună decât a sa și de aceea este gelos (tendința tipului Patru – ***invidia***).

---

* A se vedea bibliografia.
** A se vedea F. și P. Chabreuil, la bibliografie.

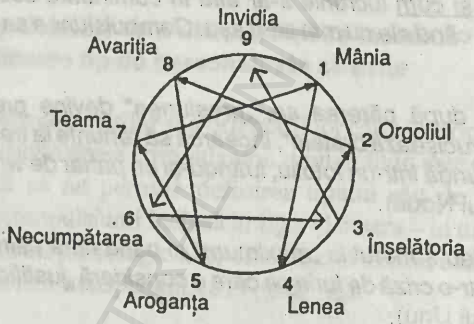
Maxime se străduiește să știe totul și se arată mai degrabă avar (tendința tipului Cinci) *cu cunoștințele sale.*

Pentru că Jeanne se înspăimântă ușor atunci când se confruntă cu ceilalți oameni în viața de zi cu zi (tendința tipului Șase *este teama), acest lucru o face să-și mențină compulsiunea.*

Ca să evite suferința, Emilie este deseori lacomă până la **necumpătare** (tendința tipului Șapte).

Tendința principală este foarte greu de depășit, fiind extrem de dominantă în situațiile de stres.
(Reamintim că stresul este mult mai prezent în viața noastră decât se admite în mod obișnuit.)

ENEAGRAMA TENDINȚELOR



Remarcă: unii autori definesc tendința de tip Șapte ca fiind nepăsarea (și în special lăcomia), tendința de tip Opt ca fiind excesul (și în special desfrâul) și tendința de tip Trei ca fiind minciuna.

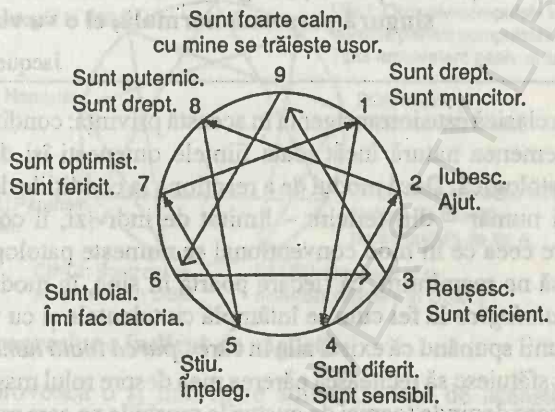
→ **ATENȚIE! NU UITAȚI SĂ CONSULTAȚI ANEXELE CU CUVINTE TIPICE DE LA SFÂRȘITUL CĂRȚII.**

Mândria

Pentru că ne-am descurcat în viață – în pofida compulsiunii noastre și a tendinței principale – noi simțim o anumită mândrie.
Reperarea caracteristicilor cu care ne mândrim, în mod legitim, în viață (care sunt momentele importante ale vieții noastre? care sunt caracteristicile noastre pozitive?) reprezintă prețioase indicii pentru a defini

tipul căruia îi aparține o persoană. Iată prin ce formule își exprimă mândria cele nouă tipuri de personalitate.

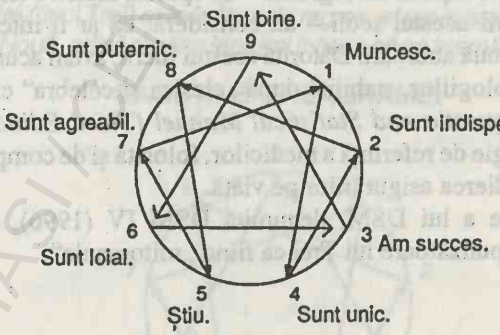
FORMELE DE MÂNDRIE ALE CELOR NOUĂ TIPURI



Orgoliul

Orgoliul este o mândrie excesivă, iluzia perfecțiunii. În faza de regres, fiecare tip își exprimă în felul său orgoliul. În domeniul Eneagramei, orgoliul este cel care ne frânează în mod considerabil dezvoltarea personală.

ENEAGRAMA ORGOLIULUI



Către patologie

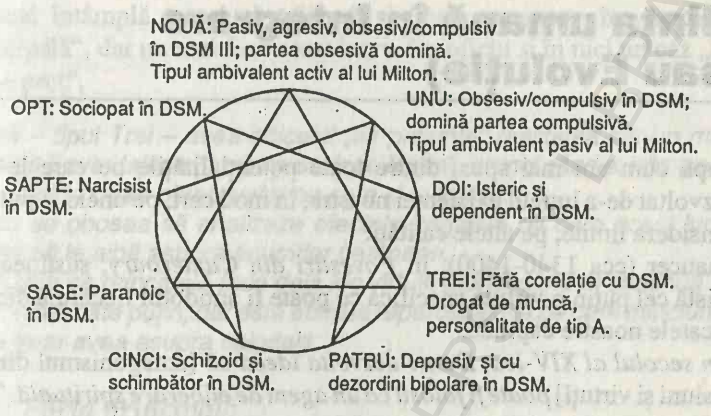
> **„La sfârșitul vieții sale, Jung spunea că dacă se va găsi o singură persoană normală, el o va vindeca".**
>
> Jacques Brosse

Psihologia clasică este intransigentă în această privință: condiția umană este de asemenea natură încât toate ființele omenești își dezvoltă o tendință patologică. Dacă modul de a reacționa la condițiile de viață, în cazul unui număr – din fericire – limitat de indivizi, îi conduce pe aceștia spre ceea ce în mod convențional se numește patologia gravă, este bine să ne reamintim, că fiecare poartă în sine, în mod potențial *tendințe patologice* la fel cum se întâmplă cu talentele și cu virtuțiile. (Îi aud pe unii spunând că există zile în care *„parcă toată lumea a înnebunit!"*. Îi sfătuiesc să recitească părerea mea despre rolul mass-mediei, al cărei succes depinde tocmai de gusturile morbide pe care mulți dintre noi le vehiculează, având grijă, în general, să nu le considere ca atare). Aceasta este marea diferență dintre Eneagramă și psihologia clasică. Cea dintâi este o școală de psihologie orientată către dezvoltarea și înflorirea personalității umane, în timp ce a doua – tipic occidentală – s-a născut mai mult dintr-o nevoie de organizare socială, și din această cauză a fost mai mult interesată de cunoașterea diferitelor tipuri patologice.

Totuși, unii specialiști în Eneagramă – în special Helen Palmer, unul dintre promotorii acestei școli – au considerat că ar fi interesant să confrunte cele două abordări. Datorită acestui lucru, avem acum această diagramă a patologiilor, stabilită după „clasica și celebra" clasificare americană *Diagnostic and Statistical Manuel (Third Edition,)* siglă *DSM III*, tipologie de referință a medicilor, folosită și de companiile de asigurări în studierea asigurărilor pe viață.

Ultima versiune a lui DSM, denumită DSM IV (1996), definește patologia corespunzătoare lui Trei ca fiind „mitomanie".

ENEAGRAMA PATOLOGIILOR



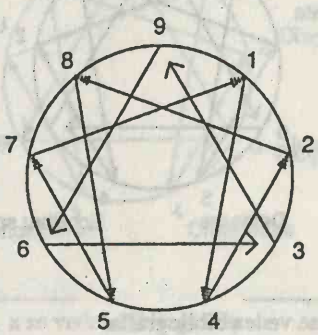
Tipul de regresiune indicat de săgeată

Ceea ce provoacă o și mai mare admirație față de această metodă, dinamică și riguroasă în același timp, este rolul – legat de surprinzătoarele aspecte matematice – **săgeților** Eneagramei. Într-adevăr, constatăm că, în faza regresivă, dacă o persoană de un anumit tip se menține în tendința sa principală și în compulsiunea sa, ea își adaugă aspectele negative ale tipului indicat de săgeată.

Dimpotrivă, observând sensul contrar al săgeților (pe care le vom numi în continuare *contra-săgeți*), obținem tipul de la care preia aspectele pozitive în faza de integrare.

Când André (tipul Trei) este în faza de regres, el preia aspectele negative ale tipului Nouă, adică devine leneș și începe să se teamă de conflicte.

SĂGEȚILE ENEAGRAMEI



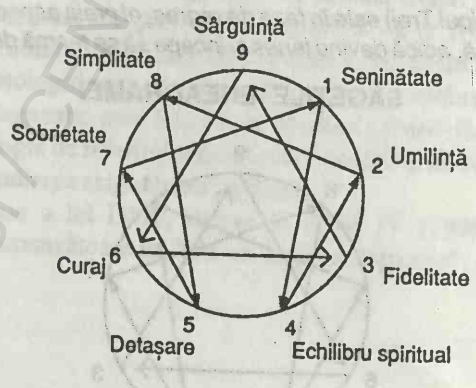
Ființa umană în Integrare (sau Evoluție)

După cum am mai spus, dintre toate potențialitățile pe care le-am dezvoltat de-a lungul existenței noastre, în mod cert, pe unele le putem considera limite, pe altele calități.
Chaucer (cca 1340-1400), în *Povestiri din Canterbury*, susținea că există cel puțin o virtute specifică ce poate fi antidotul fiecăruia dintre păcatele noastre capitale.
„În secolul al XIV-lea, Dante dezvolta ideea că [antagonismul dintre pasiuni și virtuți] *poate fi folosit ca un agent de eliberare spirituală.“**
În Eneagramă, se folosește termenul de „virtute“.

✳ Virtutea

Când ființa umană are „condiții bune“ în viața profesională, familială sau socială, ea începe să trăiască folosind ceea ce în Eneagramă se numește **virtute**, adică începe să-și dezvolte calitățile emoționale pozitive, în tot ce face și în relațiile cu semenii săi.
Originea virtuții se află în *esența* fiecărui tip.
Putem considera virtutea ca fiind *„partea nobilă a tendinței principale“*.

ENEAGRAMA VIRTUȚILOR



* Helen Palmer – a se vedea bibliografia.

Când individul începe să fie călăuzit din ce în ce mai mult de virtutea sa, se mai întâmplă totuși să trăiască și unele momente în „tendința principală", dar nu mai face acest lucru din oficiu și în nici un caz „cu orice preț".

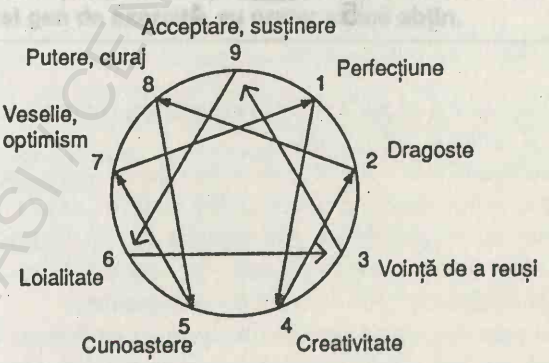
René – tipul Trei – avea obiceiul „să prezinte" realitatea într-un mod care să îl avantajeze (tendința sa: înșelătoria), *atunci când exista vreun obstacol în calea obiectivelor pe care și le fixase.*
El nu se obosea să analizeze efectele negative pe care acest lucru putea să le aibă asupra anumitor persoane.
Tendința sa principală face deja loc virtuții atunci când el continuă să mai mintă câte puțin, dar este atent la repercusiunile pe care minciunile sale le-ar avea asupra celorlalți.

Forța principală

Numim **forță principală** energia pozitivă (sau **talent**) cea mai pregnantă pe care o are o anumită persoană. Putem afirma că ea reprezintă contribuția pe care fiecare om o aduce în cadrul acestei lumi. Iată de ce unii autori o numesc **aport***.

Forța fiecăruia se manifestă cu atât mai mult în toată amplitudinea sa, cu cât persoana respectivă și-o pune în serviciul celorlalți, al oamenilor și al esenței celui care o folosește.

ENEAGRAMA FORȚELOR PRINCIPALE

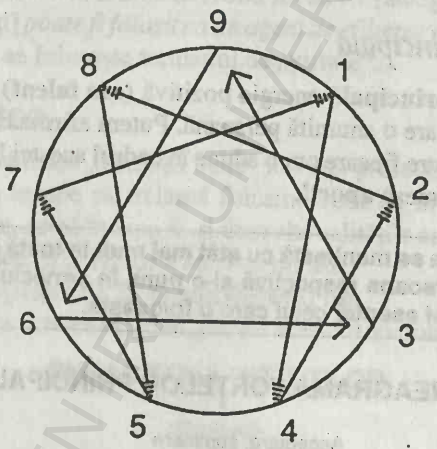


* P. și F. Chabreuil, a se vedea bibliografia.

Tipul de integrare indicat de contra-săgeată

Folosesc cu bună știință un barbarism (din punct de vedere lingvistic) ca *să nu uităm faptul* că, dacă săgețile în Eneagramă reprezintă caracteristicile negative ale tipului desemnat (de la care le preluăm) în faza de regres, **în sens invers** (să le numim *contra-săgeți)** ele reprezintă caracteristicile pozitive ale tipului desemnat care se adaugă caracteristicilor noastre pozitive.

Martine este o persoană de tip Opt care trăiește intens la nivelul său de integrare; la calitățile ei de simplitate, putere și curaj, ea le adaugă pe cele ale tipului indicat de contra-săgeată – tipul Doi –, adică umilință și dragoste.



* Acest termen de „contra-săgeată" nu este folosit în mod obișnuit de practicienii Eneagramei.

BCU IASI / CENTRAL UNIVERSITY LIBRARY

PARTEA a III-a

GENERALITĂȚI DESPRE TIPURILE DE PERSONALITATE

CUVÂNT ÎNAINTE

Ființa umană este o realitate complexă. Toate sistemele care încearcă să îngrădească personalitatea în categorii sunt simplificatoare.

Eneagrama s-ar putea preta la această simplificare. De altfel, unii se grăbesc să o folosească astfel, abuzând de credulitatea cititorilor sau a clienților lor.

Dar Eneagrama se pretează mai mult unei perspective mai largi. În acest caz, ea favorizează deschiderea spre complexitatea fiecăruia și a celorlalți.

Spre înțelegerea celor două: a evoluției personale și a ameliorării relațiilor cu noi înșine, precum și cu ceilalți.

Fiabilitatea testelor referitoare la Eneagramă este încă relativă. Din această cauză, în pofida faptului că mulți oameni se dau în vânt după acest gen de exerciții, eu prefer să mă abțin.

BCU IAȘI / CENTRU UNIVERSITAR

Aripile

În marea majoritate a cazurilor, indivizii își dezvoltă la sfârșitul adolescenței (specialiștii spun că pe la 18-20 de ani) ceea ce în limbajul Eneagramei poartă numele de **aripă**, adică o a doua bază, vecină cu prima. Unele persoane își dezvoltă chiar o a doua aripă după 40 de ani. Când se întâmplă acest lucru – pentru că nu este ceva evident – a doua aripă se dezvoltă de cealaltă parte a tipului principal. În această situație, este vorba de o influență mai importantă decât cea a rolurilor (explicate în pagina următoare).

Influența aripii poate să varieze între 1% și 49% și să fie *foarte puternică, puternică, medie, slabă* sau *foarte slabă.*

O persoană de tipul Unu poate să aibă o aripă	9 sau 2
O persoană de tipul Doi	1 sau 3
O persoană de tipul Trei	2 sau 4

Și așa mai departe...

Folosind Eneagrama pentru o mai bună cunoaștere de sine, vă recomand:

► să căutați tipul de bază și abia după aceea

► să citiți descrierea celor două baze vecine, ca să determinați care este aripa principală și ca să vă dați seama dacă vi s-a dezvoltat o a doua aripă.

Rolurile sau împrumuturile

Sunt înclinat să cred că fiecare ființă umană are, cel puțin, un presentiment vag al caracterului său unic.

Din motive întemeiate – dar deseori periculoase – societățile omenești se grăbesc să acționeze în privința formării copiilor, ca să-i modeleze în conformitate cu exigențele lor. Am explicat deja în ce mod rolul jucat de această socializare constrângătoare – pe care o numim „educație" – participă la edificarea tipului nostru de personalitate.

Persoanele care descoperă tipurile Eneagramei au deseori impresia că țin de două sau trei tipuri. Este important să precizăm că fiecare om *tipul său*, doar ***unul***. Și, cu riscul de a mă repeta, vă spun că acesta este scopul principal al acestei metode: **descoperirea propriului tip**, ca să

încercăm să depășim tendința principală și compulsiunea, ca să trăim mai mult plini de seninătatea pe care ne-o procură armonia cu noi înșine și cu ceilalți – numită *integrare* –, fapt care ne permite o participare utilă și eficientă la dezvoltarea acestei lumi.

Impresia că „posedăm" una sau mai multe caracteristici aparținând unui alt tip provine din faptul că:

– pe de o parte, deținem în stare latentă toate forțele existente în toate ființele omenești, deși avem doar ***un tip de bază, numai unul.*** El este cel care ne conduce viața;

– pe de altă parte, noi creștem și evoluăm în compania celorlalte opt tipuri, de la care *împrumutăm* calități, caracteristici, aptitudini, moduri de a fi. În aceste momente, „interpretăm" ***roluri*** ale căror caracteristici nu sunt cele ale tipului nostru de bază.
De altfel, unii indivizi depun eforturi considerabile ca să se identifice cu unele roluri, detașându-se astfel în mod inconștient de adevărata lor personalitate, de adevăratul lor tip de bază.
Această practică, ce a existat dintotdeauna, se pare că este mai puternică în această a doua parte a secolului XX, când tipurile Trei și Opt sunt foarte apreciate, așa cum tipul Patru era apreciat în secolul al XIX-lea!
Or, este ***esențial*** să ne cunoaștem tipul de bază căruia îi aparținem.
Și nu avem decât unul singur!
„Din fericire, murmură unii dintre cititorii mei, *căci ne este destul de greu și așa!"*.

De altfel, sunt destul de numeroase situațiile din viața noastră când ne dăm seama (chiar și în mod superficial) că ceilalți așteaptă să ne vadă conformându-ne unor anumite roluri. În acele momente, simțim în ce măsură acele roluri sunt compuse din comportamente „împrumutate" și cât de incapabili suntem să acționăm în conformitate cu personalitatea noastră adevărată.

Câteva observații referitoare la descrierea celor nouă tipuri

Cu toate că, pentru recunoașterea unui tip, trebuie să începem cu descrierea comportamentelor, este foarte important să nu pierdem din vedere următorul aspect:

1 Eneagrama este un model al motivațiilor, nu al comportamentelor.

Aceasta înseamnă – indiscutabil – că Eneagrama este o metaforă care explică **„ce anume îi împinge"** *(motivația)* pe indivizi să facă ceea ce fac, nu o metodă care explică „ce fac" *(comportament)*.
Ea răspunde în primul rând la întrebarea: *„De ce* acționează oamenii în acest fel?", mai degrabă decât la: *„Ce fac ei?"*
După cum ne amintește Codul etic al IEA (a se vedea Anexa IV pag. 176) *„un tip de personalitate nu descrie în întregime un individ. Eneagrama nu ne spune nimic despre povestea unui individ, iar un tip de personalitate nu ne dă informații semnificative despre calitatea caracterului său, a inteligenței sau talentelor sale. **O persoană este mai mult decât un tip de personalitate**".*

Unele persoane își petrec atât de mult cea mai mare parte a vieții în compulsiunea lor – sau în virtute și talent – încât nu se recunosc cu ușurință în descrierea tipului de bază, pentru că aceasta cuprinde evantaiul complet al comportamentelor (deci, de la cel mai înalt nivel al evoluției până la nivelul cel mai de jos al regresului)
De exemplu, celebra cântăreață Madonna este de același tip cu Maica Tereza! Cele două persoane au în comun compulsiunea, dar este evident că prima își petrece viața la nivelul compulsiunii și al tendinței principale, în tip ce a doua probabil că și-a trăit-o aproape în întregime la nivelul virtuții și al forței sale principale.

O întrebare frecventă

Tipul unui individ este înnăscut sau dobândit? Răspunsul dat de promotorii Eneagramei este: **înnăscut**, dar:

> **2 Ceea ce contează este ceea ce facem cu acest tip – ne trăim viața orientați către integrare sau către regres?**

Fabien Chabreuil ne dă ca exemplu un individ pe care focul îl atrage *(motivație)*. Pornind de la acest tip de motivație, el poate să devină *(comportament)* pompier *(spre integrare)* sau piroman *(spre regres)*. Cunoașterea tipului căruia îi aparține o persoană nu poate deci să permită presupunerea nivelului său de dezvoltare.
Înainte de a citi descrierea celor nouă tipuri, este la fel de important să nu pierdem din vedere că:

> **3 Toată lumea are toate caracteristicile, dar tipul de personalitate este determinat de preponderența anumitor caracteristici în raport cu celelalte.**

Tuturor ne este teamă, cu toții avem idealuri, dar la tipul Șase teama reprezintă reacția dominantă în majoritatea situațiilor stresante, iar la tipul Unu locul pe care acesta îl acordă idealurilor sale este mai dominant decât la celelalte tipuri.

Un specialist în Eneagramă ne mai previne că:
„Toată lumea crede că tipul său de personalitate nu este bine prezentat".
Eu adaug:
„Toată lumea crede că tipul său ar fi trebuit să fie descris de un autor cu același tip de personalitate".
Deseori, în clipa în care citim numele persoanelor celebre care corespund fiecărui tip, este important să ne amintim această caracteristică menționată mai sus, adică: *„Eneagrama este o tipologie a motivațiilor, nu a comportamentelor"*. Deci, voi nu semănați cu Charles de Gaulle sau cu vreo vedetă de cinema, dacă ei aparțin aceluiași tip ca și voi. Dar, în viață, voi sunteți împinși de motivații de același tip ca și ei.

De fapt,
ar fi nevoie de O CARTE pentru fiecare tip.
Lucru prea puțin compatibil cu imperativele economice ale principalelor edituri, la acest sfârșit de secol XX.

Aceasta înseamnă că, în următoarele pagini – ca să fiu corect față de cele nouă tipuri – am fost nevoit să nu descriu decât trăsăturile dominante ale fiecăruia, fără să intru în amănunte.

În fine, există riscul ca, începând să vă recunoașteți componentele **principale** ale tipului vostru, să fiți decepționați de unele caracteristici secundare descrise, care nu vă seamănă.
Citind aceste prezentări, amintiți-vă că descrierea tipului vostru se referă **la toate persoanele de acest tip** și că, prin forța împrejurărilor, există unele care trăiesc și se comportă cu totul altfel decât voi.

Dacă am compara tipologia umană cu spectrul culorilor, am putea spune că fiecare tip are *o culoare specifică* și după cum ar fi absurd să declarăm că o culoare este ***mai bună*** sau ***mai rea*** decât alta, tot așa putem afirma că ***nu există nici un tip mai bun sau mai rău decât altul.*** Cu toate că, în acest domeniu, fiecare poate să aibă preferințele sale.

Fiecare tip este important și de neînlocuit.

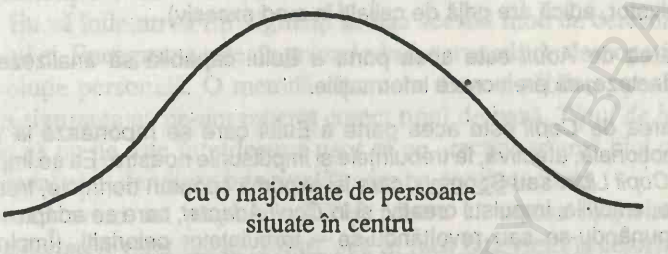
Acest lucru îi lasă fiecărui individ libertatea – ca și în materie de culori – să prefere frecventarea unui tip sau a altuia.

Nici un caracter nu este nici absolut, nici exclusiv

Aceasta înseamnă că nici o descriere nu redă „în totalitate" fiecare tip. De asemenea, fiecărui tip îi este permis să nu se recunoască – absolut – în toate descrierile făcute.

Vă invit să parcurgeți în întregime descrierea fiecărui tip. Chiar și descrierea tendinței patologice a fiecărui tip este o informație pe care nu trebuie să o neglijați.

Varietatea umană se datorează, pe de o parte, existenței celor *nouă tipuri*, dar **mai ales** gradului de evoluție care caracterizează o persoană în **interiorul** *tipului* său.
Aceasta poate, într-adevăr, să arate altfel:



de la un plan foarte regresiv al tipului luat în considerare (***regres***)

până la cele mai înalte virtuți ale tipului luat în considerare (***integrare***)

Așadar, să nu pierdem niciodată din vedere faptul că:

Nu există nici tip bun, nici tip rău.
Fiecare tip glorifică o calitate indispensabilă.

Ca să profitați cât mai mult de această lucrare și ca să faceți din ea – lucru pe care îl doresc din tot sufletul – un instrument de evoluție personală, vă rog să citiți descrierile care vor urma cu o detașare bine cumpănită.
***Fără această perspectivă pozitivă, există pericolul să considerați că „aveți" toate aspectele negative ale tuturor tipurilor,* ceea ce ar reprezenta o regretabilă lipsă de discernământ.**

ANALIZA TRANZACȚIONALĂ – SCURTĂ EXPUNERE

Analiza Tranzacțională (AT) este o metodă de dezvoltare personală, de comunicare și un instrument psihoterapeutic pus la punct de Eric Berne, prin anii '50. Ea ține de Mișcarea potențialului uman și se caracterizează în special prin dorința de a face accesibile conceptele psihologice, prin folosirea unor cuvinte simple și pertinente.

Astfel, ea distinge în Eu 3 stări diferite (trei părți diferite ale Eului nostru) pe care le numește starea de *Părinte,* în care se află înregistrările comportamentelor, mesajele observate și reproduse atunci când avem sau când dorim să avem un ascendent asupra celuilalt. Ea se împarte în două forme: *Părintele Dominator* sau Critic, care conține înregistrările referitoare la „normele", judecățile, criticile despre ceea ce ne înconjoară (împins la extrem, el devine depreciator, agresiv, Persecutor), și *Părintele Protector* sau Grijuliu, care conține înregistrările de ajutorare, de protecție,

de susținere, de încurajare a celorlalți (împins la extrem, el devine Salvator, adică are grijă de ceilalți în mod excesiv).

Starea de *Adult* este acea parte a Eului capabilă să analizeze, să reflecteze, să prelucreze informațiile.

Starea de *Copil* este acea parte a Eului care se raportează la viața emoțională, afectivă, la trebuințele și impulsurile noastre. Ea se împarte în *Copil Liber* sau Spontan, care își exprimă spontan dorințele, trebuințele, emoțiile, impulsul creativ; și în *Copil Adaptat,* care se adaptează – supunându-se sau revoltându-se – trebuințelor celorlalți. (Împins la extrem, acesta din urmă adoptă un comportament de Victimă).

Numim *tranzacții* schimburile care se produc între cele 3 stări ale Eului unei persoane și ceilalți.

Berne a observat că, atunci când oamenii interpretează cele trei roluri P, S, V, ei fac acest lucru în conformitate cu unele reguli implicite, care transformă tranzacțiile în ceea ce el numește *„jocuri negative"*. Aceste jocuri negative se termină întotdeauna cu un sentiment de desconsiderare a propriei persoane, a celuilalt sau a tuturor persoanelor implicate. De ce oamenii care ar putea să aibă tranzacții plăcute și dinamizante se implică adesea în aceste „jocuri negative"? 75% din timpul lor, așa se pare! Pentru că ele sunt „excitante", sunt furnizoare de *„stroke-uri"* – un fel de „calorii psihologice" de care avem cu toții nevoie, dar care nu rezolvă nimic – ceea ce ne permite să le reluăm la nesfârșit.

În fine, AT ne propune un instrument de un interes major: *„scenariul de viață"*, care ne explică „cum am devenit persoana care sunt", subliniind în mod deosebit importanța a două tipuri de mesaje parentale: *„injoncțiunile"* – mesaje care îl constrâng pe copil, apoi pe adult să li se supună – și *„devizele"*, mesaje ambivalente, pentru că ele sunt constrângătoare și folositoare în același timp.

În această lucrare, vor fi menționate pentru fiecare tip numai:

***AT:** Stările Eului din AT (Analiza Tranzacțională)*
***SE:** Cele mai active Stări ale Eului*
***DE:** Devizele*

Ați spus „ușor"...?

Eneagrama este uneori prezentată ca un model ușor de folosit. Acest lucru este adevărat, dacă luăm în considerare aspectul ei cel mai neproductiv, adică dacă o considerăm ca pe o metodă care vizează mai mult *„clasificarea oamenilor în compartimente"* sau dacă unii formatori prea puțin scrupuloși ne-o *„vând"* ca pe o metodă *„care ne permite*

să ne cunoaștem mai bine – pe noi înșine sau pe ceilalți – doar în câteva ore". Eu vă îndemn să fiți vigilenți în fața acestui mod de deturnare a sensului ei. Eneagrama este, *în primul rând*, o metodă de descoperire și de evoluție personală. O metodă care cere timp și răbdare, pentru a căpăta siguranța că ne-am reperat corect tipul de bază. *Tipul de bază*, pentru că nu ne este întotdeauna ușor să ne „recunoaștem" nici compulsiunea, nici „tendința principală" care ne conduce viața.
Pentru că avem cel puțin o aripă și pentru că marea majoritate a oamenilor au învățat unele „roluri", ca să facă față vieții și celorlalți.
Pentru că tipurile 3,6 și 9 au cele mai mari dificultăți în a se recunoaște.
Pentru că există riscuri de generalizare (exemplu: mânia este importantă pentru Unu, deci Virginie, care se înfurie, este de tip Unu...)
Pentru că există asemănări între aceste tipuri (Da, prin forța împrejurărilor, bineînțeles, altfel ne-am trezi într-un fel de sistem de portrete caricaturale).
Aveți răbdare, dragi cititori!

BCU IAȘI / CENTRAL UNIVERSITY LIBRARY

PARTEA a IV-a

CELE NOUĂ TIPURI DE PERSONALITATE

În această parte, m-am hotărât să vă propun scurte descrieri ale celor 9 tipuri în ordinea celor 3 centri.

Ce cuprinde fiecare descriere

♁ *Forța principală* a fiecărui tip, talentul și aportul său.

ξ *Copilăria și Mecanismul de Apărare (MdA)*

Cele mai hotărâtoare experiențe din copilărie, originile compulsiunii și ale mecanismului de apărare, cu *exemple*. Este vorba despre primele mijloace găsite de copil *„ca să se descurce"*. Aceste evenimente „traumatizante" – cum sunt numite în psihologie – sunt deseori considerate ca neînsemnate de către persoanele adulte, cum ar fi, de exemplu, sentimentul de abandon al tipului Patru, care poate surveni în urma schimbării domiciliului, sau senzația de trădare specifică tipului Șase, ce poate apărea datorită unei impresii de absență a părinților, la un copil care, sculându-se în timpul nopții, nu îi găsește (în acea noapte).

@ **Prima atenție**

Spre ce se îndreaptă în primul rând atenția unei persoane: gânduri, obiecte, persoane și alte elemente ale realității exterioare, cu exemple.

Compulsiunea: sau evitarea majoră.

Ordinea centrilor:

1. Cel mai frecvent
2. Al doilea centru
3. Centrul reprimat

Tendința principală: cu exemple.

Motivații principale: SĂ FIM APRECIAȚI pentru ...

♥ *Viața relațională*

Această rubrică reprezintă o sinteză a aspectelor importante ale vieții relaționale a fiecărui tip, fără să facem vreo deosebire între caracterul particular și cel profesional. Partenerii evocați pot fi, deci, soț, soție, copii, colegi, prieteni sau vecini. Ea cuprinde:

Mesaje apreciate: modul în care îi place tipului respectiv să fie tratat de ceilalți.

Mesaje care îi displac: ceea ce îi displace tipului respectiv.

Relațiile cu celelalte tipuri: prezentare sintetică din perspectiva diferitelor forme de parteneriat: viața de cuplu sau viața profesională.

Luarea de decizii

Caracteristici ale importanței și ale modului în care fiecare tip privește luarea deciziilor.

virtutea, cu exemple.

raportul cu timpul.

animalul simbolic al persoanei în faza regresivă și în faza evolutivă, după M. Beesing, R. Nogosek, P. O'Beary

Descrierea succintă a tipului la mai multe niveluri*

nivel evoluat de integrare

nivel mediu

nivel periculos de regres

către patologic

Caracteristicile specifice ale tipului
Rubrică existentă numai în funcție de necesități

DIFICULTĂȚI MAJORE:

* În locul descrierilor exhaustive și literare, eu am preferat descrierea succintă cu mai multe niveluri, după lucrările lui Don Richard Riso.

Ceea ce fiecare tip trăiește cu dificultate.
Gânduri frecvente și cuvinte aparținând fiecărui tip: cuvintele deseori gândite sau rostite de fiecare tip.

Ce spune lumea despre ei:

Câteva exemple de comentarii pe care le generează destul de des fiecare tip.

AT ***Stările Eului în AT*** (Analiză Tranzacțională) (a se vedea pag. 67)

SE: Cele mai active stări ale Eului
DE: Devize

Personalități ale tipului respectiv

Numărul relativ restrâns de studii despre personalitățile din Franța mă obligă să prezint numeroase exemple citate de literatura americană. Listele sunt stabilite pornindu-se de la interviuri, un mod mult mai fiabil decât informațiile date de alte persoane decât cea interesată.
Personaje: este vorba despre personajele interpretate de actorii care s-au specializat adesea în prezentarea unui anumit tip.

Ce nu ar avea lumea dacă ei nu ar exista (fiecare tip)

➨ Anexele cuprinzând cuvintele tipice, înrudite cu denumirile compulsiunii, ale tendinței principale și ale mecanismelor de apărare – de la sfârșitul cărții – pot fi edificatoare, dacă aveți vreo îndoială în această privință.

BCU IASI / CENTRAL UNIVERSITY LIBRARY

Cele trei tipuri ale centrului instinctiv

Tipul OPT

ð *Forţa principală* a tipului Opt este **curajul**

„Secretul succesului constă în a vrea să câştigi şi a şti să pierzi".
Machiavelli

„El trebuie să domine în toate, să ignore lipsa de sinceritate, mânia, teama".
Mohandas K. Gandhi

„Nici Dumnezeu, nici stăpân".

ξ *Copilăria şi mecanismul de apărare*

În copilărie, persoana de tip Opt a început să-i perceapă pe ceilalţi ca pe ceva ameninţător. Din această cauză, ea şi-a dezvoltat un comportament de *înfruntare* a celorlalţi. Foarte curând, *să fie puternică* a devenit un lucru primordial pentru ea, până într-atât încât a ajuns să „deteste" şi să evite slăbiciunea (de aici compulsiunea sa: *evitarea slăbiciunii*). În general, era independentă şi, de la o vârstă fragedă, participa la jocuri unde ea era întotdeauna „şeful".

Ca să se descurce, tipul Opt a învăţat să-şi dezvolte un mecanism de apărare: **negarea** (să nu ţină cont de realitate). Chiar dacă un lucru este periculos, el îl va înfrunta în primul rând şi, eventual, după aceea, va reflecta (a se vedea Anexa III).

Cu toate că a fost ameninţată că va fi dată afară dacă se va supăra din cauză că Jean-Claude întârzie, Odile îl face pe aceasta cu ou şi cu oţet. Ea „refuză" să accepte realitatea, neţinând seama de avertismentele pe care le-a primit.

@ Prima atenție

Prima grijă a tipului Opt este să observe dacă ceva îi amenință capacitatea de a controla și cum să procedeze ca să obțină acest control.
Când sosește la reuniune, Gilles încearcă să-și dea seama dacă cei prezenți sunt capabili să-i submineze nevoia sa de a controla lucrurile.

Compulsiune: evitarea slăbiciunii.

Aceasta înseamnă că tipul Opt încearcă să evite să se simtă slab sau să pară vulnerabil, în aceeași măsură în care încearcă să-i evite pe aceia care îi par slabi.

Ordinea centrilor

1. Centrul instinctiv
2. Centrul mental
3. Centrul emoțional

Tendința principală: excesul

Tipul Opt este adesea exagerat.
Pentru că încearcă să evite slăbiciunea, tipul Opt debordează deseori de energie și impulsivitate. Aceasta îl împinge să fie necumpătat.
La fel procedează și atunci când vrea să rezolve o problemă, sau în relațiile sexuale, ori în modul de a se hrăni. El este departe de a fi diplomat, excesul caracterizându-l în toate domeniile.

Olga trebuie să rezolve o problemă cu vânzătorii ei. În acest scop ea îi invită într-un restaurant de lux.
După o masă bună, stropită cu vinuri bune, ea îi „beștelește" minute întregi pe Pierre și pe Jacques, ca și când ei ar fi vinovați de toate relele din lumea aceasta.

Motivații principale: **SĂ FIE APRECIAT** pentru forța sa.

Tipul Opt nu contează decât pe el, vrea să se simtă puternic și să acționeze singur, astfel încât să controleze și anturajul său, și mediul înconjurător.

♥ *Viața relațională*

Pe ai săi, tipul Opt îi va impresiona adesea prin curajul și pasiunea cu care înfruntă dificultățile.
Îi este mult mai ușor să se înțeleagă cu parteneri puternici și independenți.

În general, îi vine destul de greu să admită punctul de vedere al celorlalți. Întrucât tipul Opt simte viața ca pe o permanentă luptă, el este înclinat să-și trăiască relațiile ca pe tot atâtea bătălii.
În particular, tipului Opt îi place viața sexuală plină de pasiune. În viața intimă, este deseori posesiv, dar uneori tot la fel de repede renunță. Din această cauză, în special, o relație cu el este destul de dificilă.
Multe dintre vedetele care apar pe prima pagină a ziarelor datorită relațiilor multiple și tumultoase sunt persoane de tipul Opt. Întrucât excesul este tendința lor principală, ele nu se satură niciodată de nimic. Le place să iasă în lume, să se distreze până noaptea târziu. Excesul înseamnă pentru ele „totul sau nimic".
Helen Palmer dă exemplul unei persoane pentru care *„contează doar munca, nu distracțiile"*.
Fiindcă tipul Opt se teme că nu controlează ce se petrece în jurul său, el încearcă să conducă. Dacă însă se va afla într-o poziție ierarhică inferioară, el va fi un nesupus.
Tipul Opt poate să-și impună regulile, pe care le va încălca apoi, pentru că acest lucru îl plictisește.
Această nevoie de a controla îl face să vrea să intuiască intențiile celorlalți, devenind adesea, din această cauză, un inchizitor. El se supără repede dacă cineva apropiat nu îl ține la curent cu deciziile sale.
Decât să nu cunoască intențiile interlocutorilor săi, el preferă ca aceștia să-l înfrunte direct.
La cel mai mic semn de uitare, tipul Opt are impresia că a fost trădat.
În fine, nu suportă ca altcineva să-l rănească. De îndată ce se simte lovit, își pregătește armele și contraatacă.
Foarte des, ia poziția apărătorului, dacă îi sunt atacați prietenii, apropiații, partenerii (în special, atunci când atacurile i se par nejustificate).
Din punct de vedere afectiv, tipul Opt se lasă cu ușurință ispitit de sentimentul răzbunării.
În situațiile obișnuite (de mică gravitate), i se întâmplă frecvent să reacționeze la frustrări închizându-se în el și să-și facă reproșuri.

Mesaje apreciate

Ce îi place tipului Opt:
– să joci cu cărțile pe față și să-ți respecți promisiunile;
– să-i respecți spațiul vital;
– să-l înfrunți pe față.

Mesaje care îi displac

Exemple de lucruri care îi displac:
– să fii timorat în fața lui;
– să-l flatezi;
– să-l minți;
– să încerci să-l manipulezi.

Relațiile cu celelalte tipuri

A se vedea, la aceeași rubrică, paginile consacrate în continuare celorlalte tipuri, în afară de:

• **Cu un alt tip Opt**: parteneriat bazat pe confruntare. Ceilalți riscă să fie afectați de această „luptă a șefilor", dar ei nu! Întrucât le place să se înfrunte cu alții, acum au ce își doresc!

• **Cu un tip Nouă**: parteneriat complementar. Tipului Nouă îi place ca altcineva să decidă în locul lui. Tipul Nouă va suporta cu greu tendința tipului Opt de a testa relația lor.

Luarea de decizii

Să decidă nu este o problemă pentru el, putem chiar spune că îi place să facă acest lucru.

Virtute: **simplitatea**

Când evoluează, tipul Opt își învinge orgoliul și dă dovadă de simplitate.

Câțiva ani mai târziu, Olga își invită colaboratorii la restaurant și le comunică fără să se grăbească – și fără să se repete – cât de mult a apreciat munca lor.

Cuvânt-cheie: **controlul timpului**

Tipul Opt consideră că ceilalți trebuie să accepte concepția sa despre timp.

Regresiv: rinocerul; evolutiv: tigrul.

BCU IAȘI CENTRAL UNIVERSITY LIBRARY

Descriere succintă a tipului Opt

Tipul Opt evoluat

Tipul Opt care se menține în faza de integrare dă dovadă de un curaj care poate să ajungă până la eroism. El este mărinimos și reușește să-și înfrângă pornirile. Este asertiv*, puternic, încrezător în propriile sale forțe.

Corespunde acelui gen de oameni pe care lumea îi numește „șefi înnăscuți". El îi atrage și pe ceilalți să-l urmeze. Este hotărât, dând dovadă de o autoritate fermă și respectuoasă. Comportamentul său ca „șef" – complet onorabil – se caracterizează și printr-un aspect protector. El asimilează calitățile tipului Doi.

Tipul Opt mediu

Repezit, tipul Opt mediu este întreprinzător în viața familială, profesională și socială. Afacerist, el încearcă adesea să acționeze ca propriul său stăpân. Îi vine greu să accepte puncte de vedere diferite de ale sale. Deseori, este puternic și agresiv. În raporturile cu ceilalți este de obicei expansiv, voluntar, dând naștere unor relații bazate pe confruntare. Deseori, energic, sigur de el, protector și autoritar.

Tipul Opt către regres

Adesea necruțător și agresiv, tipul Opt regresiv este tiranic și dictatorial. Devine exagerat în toate. Certăreț, el vede imediat greșelile celorlalți. Are o părere atât de bună despre el încât nu înțelege opoziția celorlalți și încearcă să se împotrivească celor care i se opun. Asimilează aspectele negative ale tipului Cinci.

Tipul Opt către patologic

Devine megaloman, violent. Poate să distrugă pe oricine i se opune. Răzbunător, ucigaș. DSM III**: sociopat (incapabil să participe la viața socială).

Caracteristici specifice tipului Opt

Tip de personalitate foarte apreciat în perioade de conflicte sau crize, atunci când există un consens pentru a li se acorda puteri depline, fără să se pună problema dacă ei dispun și de alte calități în afară de acelea de a prețui puterea.

---

* A se vedea: „*Oser être soi-même*" din bibliografia comentată.

** A se vedea pagina 56.

DIFICULTĂȚI MAJORE

Există o dificultate majoră importantă pentru femeia de tip Opt: îndrăzneala și gustul ei pentru acțiune sunt considerate ca trăsături „masculine".

Tipul Opt are adesea impresia că îi repede pe ceilalți, că le provoacă teamă, fără ca el să dorească acest lucru; că își asumă riscuri în locul altora, fără ca aceștia să-i mulțumească neapărat.

Este prea exigent cu el însuși.

Crede că ceilalți îl consideră invulnerabil, în vreme ce el nu uită rănile și loviturile primite.

Ar avea probleme serioase dacă nu ar putea să se exprime așa cum gândește.

Îi vine foarte greu să spună: *„Faceți cum doriți, cum credeți de cuviință!"*

Gânduri și cuvinte frecvente

„Eu hotărăsc ce fac cu viața mea!"
„Aici, eu sunt șeful!"
„N-o să mă las întrecut de acest tip!"
„Nu suport să o văd pe fiica mea cum se lasă călcată în picioare!"
„Deșteptul de Fred, nu este în stare să se descurce singur!"
„Din fericire, îl cunosc pe Greg și știu cum să-l blochez!"
„Nu mă las impresionat, mie nu îmi plac plângăreții!"
„Din fericire, sunt aici!"
„Întotdeauna va fi nevoie de oameni cu picioarele pe pământ, așa ca mine!"
„Un lucru este important: să fii drept!"
„Nu cred că au dreptate atunci când mă învinuiesc pe mine."
„Nu-mi place să mă plictisesc, îmi plac lucrurile care sunt în mișcare."
„Punctul meu de vedere este cel corect."

Ce se spune despre ei

„Poți conta pe ea!"
„Se îmbracă cum îi place, nu îi pasă de gura lumii."
„Din fericire, ea îndrăznește să spună ceea ce nimeni nu îndrăznește."
„Este limpede că îi place să-și exercite puterea."
„Te simți în siguranță cu un șef ca el!"
„Știi la ce să te aștepți de la el!"
„Nu îi spuneți că arată prost!"
„Bernard este un excelent șef de echipă."

AT ***Stările Eului în Analiza Tranzacțională***

SE: Părintele Dominator important, adesea Persecutor; Adult; Copil Liber (uneori, exagerat)
DE: 1. Fii puternic. 2. Grăbește-te (și Grăbește-te pentru mine). 3. Fii perfect (și Fii perfect pentru mine)

Personalități de tipul Opt

Richard al III-lea, Charles de Gaulle, F. Mitterarrand, Abatele Pierre, Picasso, Wagner, A. Prost, Golda Meir, G. I. Gurdjieff, A. Juppé, W. Churchill, Frank Sinatra, Mihail Gorbaciov.
Personajele interpretate adesea de: Jean Gabin, John Wayne, Annie Girardot, Lino Ventura, Scarlett O'Hara (din *Pe aripile vântului*)
Numeroase grupuri de hard-rock se exprimă într-o manieră specifică tipului Opt.

Ce nu ar avea lumea dacă n-ar exista tipul Opt

Experiențele de viață i-au învățat pe indivizii de tipul Opt să-și depășească sentimentele de frustrare pe care le-au trăit și să-și dezvolte atuuri fundamentale, necesare omenirii: simțul a ceea ce este posibil în fața adversităților (aceasta este ***puterea***!) și hotărârea de a persevera în fața adversităților (aceasta este ***curajul***!)

SINTEZA TIPULUI OPT

către Integrare (Evoluție)	**forță principală:** curajul ⇑
+	⇑
aspectele pozitive ale tipului indicat de contra-săgeată: umilință, iubire	**virtute:** simplitatea
	mecanism de apărare: refuzul
	prima atenție: să poată controla
	compulsiune: evitarea slăbiciunii ⇓

către Regres	**tendința principală:** excesul
+	
aspectele negative ale tipului	**mândrie:** „sunt puternic, sunt drept".
indicat de săgeată: avariția	**orgoliu:** „ sunt puternic". ⇓
Ordinea centrilor	

Ce este important: să fie puternic, să-și afirme autoritatea.

Tipul NOUĂ

♁ *Forța principală* a tipului Nouă este capacitatea de **susținere**, de acceptare

„Pacea este rodul iubirii, căci, pentru a trăi în pace, trebuie să știi să înduri multe lucruri".
La Mennais

ξ *Copilăria și mecanismul de apărare*

În copilărie, persoana de tip Nouă a avut deseori sentimentul că se află prinsă între două puncte de vedere. Când făcea ceva, în general nu i se dădea prea multă importanță, când cerea ceva nu era prea auzită. În cadrul familiei, ea avea impresia că frații și surorile ei ocupau un loc mai important. Ea simțea o mânie pe care nu îndrăznea să și-o exprime. Dar cel mai mult o înspăimântau conflictele (de unde și compulsiunea sa: *să le evite*).
Era deseori ceea ce se cheamă un „visător", mai degrabă distantă atunci când ceilalți purtau discuții animate.

Ca să se descurce, ea s-a resemnat și și-a dezvoltat un mecanism de apărare numit uneori abrutizare, alteori narcotizare (C), alteori anestezie sau inerție (a se vedea Anexa III).
Trebuia să-și domolească mânia printr-un mijloc compensator. Când era mică, folosind bomboane, tetină; ca adult, cu ajutorul unor „tetine" de adult, care pot deveni ***obiceiuri***, și cu „droguri" ca tutunul, alcoolul, televizorul, colecțiile, dulciurile etc.

Neștiind ce să facă atunci când copiii se ceartă, Maurice se refugiază în fața televizorului cu un pahar de whisky.

@ **Prima atenție**

Prima grijă a tipului Nouă este să cunoască părerea celorlalți și să repereze orice lucru care ar provoca disconfortul său personal.
Când sosește la o reuniune, Marcel se străduiește să afle în primul rând părerile celorlalți participanți.

Compulsiune: evitarea conflictelor.

Aceasta înseamnă că tipul Nouă se va strădui din răsputeri să evite situațiile tensionate din jurul său.

Ordinea centrilor

1. Centrul instinctiv
2 și 3: În funcție de aripa pe care și-o dezvoltă.

Tendința principală: lenea

Fiindcă încearcă să evite conflictele, tipul Nouă reacționează deseori „lăsând brațele în jos" în fața unei dificultăți.

În fața tensiunii crescânde dintre soția și fiica sa, Emile spune: „Nu știu ce să fac" și se reașează în fotoliul său.

Motivații principale: SĂ FIE APRECIAT pentru pacea sa interioară și radiantă.

Tipul Nouă dorește înainte de toate să se alăture celorlalți, astfel încât să mențină lucrurile așa cum sunt și să evite situațiile tensionate și conflictuale. Aceasta îl face să subestimeze în general lucrurile care ar putea să-i fie dezagreabile, ca să păstreze, cu orice preț, până la ambivalență, liniștea și pacea în jurul său.

♥ *Viața relațională*

Tipul Nouă suportă greu orice fel de despărțire. În adolescență, în viața amoroasă și profesională, ceilalți îl vor privi ca pe o „lipitoare", pentru că îi vine extrem de greu să pună capăt unor relații care au însemnat foarte mult pentru el.
Ca să evite o suferință în plan afectiv, el preferă să se ocupe mai curând de lucruri care îi sunt relativ indiferente decât de propriile sentimente.

O altă caracteristică a sa este aceea că el depune mult efort ca să soluționeze problemele anturajului său, tocmai ca să evite discuțiile. Toate acestea fac ca, în privința exprimării sentimentelor, tipul Nouă să fie un om închis în sine.
Se ocupă mai degrabă de multe detalii (reparații în casă, contabilitate etc.), în loc să se angajeze complet într-o relație. Părerea generală despre tipul Nouă este că *„el spune ceea ce alții ar vrea să audă"*. Sau *„că are un dar de a ghici intențiile celorlalți"*. Teama sa de a displăcea este atât de mare încât el acordă mai multă importanță trebuințelor altora decât propriilor nevoi. El se mai caracterizează și prin dorința „foarte romantică" și speranța că își va găsi un partener ideal; visează la o contopire.
În plan social, disponibilitatea sa îl face un membru ușor de atras în nenumărate asociații.
Inconvenientul este că, în cazul unui eșec, acest lucru îl va face să-l considere răspunzător pe celălalt.
Dimpotrivă, dacă va putea să trăiască o relație fără să-și piardă identitatea, atunci ea se va dezvolta.

Mesaje apreciate

Ce îi place tipului Nouă:
– să-ți faci timp ca să discuți cu el;
– să-i lași timp ca să-i câștigi încrederea;
– să apelezi la el, în cazul unui conflict;
– să-i permiți să dispună de momente de calm;
– să-i lași timp ca să ia o hotărâre.

Mesaje care îi displac

Exemple de lucruri care nu îi plac tipului Nouă:
– să-l întrerupi;
– să-l obligi să fie tranșant;
– să-l grăbești, să-i dictezi ce să facă;
– să simtă că abuzezi de capacitatea sa de înțelegere.

Relațiile cu celelalte tipuri

A se vedea celelalte tipuri, în afară de:
Cu un alt tip Nouă: parteneriat fără surprize.
• Viața a doi indivizi de tip Nouă va fi calmă, previzibilă, fără ciocniri. Hotărârile vor fi luate după o îndelungată chibzuință.
Risc: caracterul tern al acestui parteneriat.

☞ **Luarea de decizii**

Să fie obligat să ia o hotărâre reprezintă un adevărat calvar pentru tipul Nouă, pentru că în sufletul său este convins că, făcând acest lucru, el își exprimă punctul „său" de vedere, riscând să-i contrazică pe ceilalți.

✳ Virtute: **sârguință** (capacitatea de **a acționa just**)

Evoluând, tipul Nouă își învinge tendința principală și devine foarte activ.

Câteva luni mai târziu, Emile declară: „Să vedem cum să acționăm. Cum să facem? Eu mă ofer să mă duc la mătușa Elsa ca să iau dulapul..."

⏱ Cuvânt-cheie: **repartizarea timpului**

Pentru tipul Nouă toate clipele sunt la fel. În general, el îi lasă pe ceilalți să-i planifice timpul.

„Planificarea timpului nu este o problemă care să mă preocupe."

Regresiv: elefantul; evolutiv: delfinul.

Descriere succintă a tipului Nouă

Tipul Nouă evoluat

În faza de integrare, tipul Nouă se distinge prin capacitatea sa de a-și conduce singur viața, se simte independent și împlinit, simte multe satisfacții, dă dovadă de o bună dispoziție constantă și de seninătate. Se arată extrem de receptiv față de ceilalți, natural, sincer și pacificator. În contactele sale, tipul Nouă evoluat este încrezător, optimist, liniștitor, reușind foarte bine să-și asume sarcinile și să accepte persoanele de care este răspunzător.

Este răbdător, remarcându-se totodată prin capacitatea sa de umilință, și devine o persoană autentică, alături de care se trăiește ușor.

El asimilează calitățile tipului Trei (contra-săgeată).

Tipul Nouă mediu

Acceptă prea multe la ceilalți. Îi vine greu să le refuze cererile. Nechibzuit, destul de inconștient, influențabil, el acționează uneori ca o persoană iresponsabilă. Se „apără" în mod frecvent de rezolvarea problemelor prin practicarea unor comportamente programate, pe care le numește obiceiurile sale și care îl mențin într-un fel de „amorțeală" (bârfe, colecții, droguri, televizor sau narcotice). Își caută propriul confort și evită să înfrunte problemele.

Poate să mai fie leneș, să afișeze aere de suficiență și să fie pasiv. De multe ori, încearcă să-i liniștească pe ceilalți minimalizând problemele.
Îi vine greu să spună „Nu".
Nu îi place să iasă în evidență.
Capabil de o mare empatie, dă deseori dovadă de diplomație. Uneori, face pe fatalistul, ca și când nimic nu s-ar putea ameliora.

Tipul Nouă către regres
Când stresul este puternic, tipul Nouă devine în general foarte pasiv, represiv, leneș și neglijent. Nu vrea să vadă problemele și se detașează de ele. Comportamentul său se caracterizează în primul rând prin fuga de orice formă de conflict, oricât de neînsemnat ar fi. Fiindcă își reprimă foarte mult furia, aceasta izbucnește adesea într-o formă exagerată. Atunci caută să compenseze ceea ce nu este în ordine cu el prin abrutizare, chiar slabă (tutun, cafea, ciocolată, prăjituri etc.). Asimilează aspectele negative ale tipului Șase (săgeată).

Tipul Nouă către patologic
Narcotizare importantă, poate să devină catatonic (pasivitate și inerție psihică și fizică), DSM III: obsesiv (obsedat de o serie de preocupări necorepunzătoare).

DIFICULTĂȚI MAJORE

Poate fi criticat, subestimat pentru calmul și nehotărârea sa. Tipului Nouă îi este extrem de greu să-și exprime spontan dezacordul atunci când cineva îi cere să facă ceva ce nu îi convine, să înfrunte pe cineva în față, criticându-l.
Tipul Nouă regretă adesea că nu știe ce vrea; că îi pasă atât de mult de părerea celorlalți.
El consideră adesea că părerile și necazurile sale nu sunt luate în seamă de ceilalți.

Gânduri și cuvinte frecvente
„De ce atât de mulți oameni se enervează ca să obțină ce vor, eu nu pot să-i înțeleg!"
„Cu cât insistă mai mult, cu atât mai mult va aștepta."
„Îi voi spune că sunt de acord, dar voi face cum voi dori eu."
„Ce bine că lumea mă consideră o persoană extrem de binevoitoare."
„Nu pot să sufăr să fiu deranjat."

„Am impresia că fiecare punct de vedere este la fel de bun ca și contrariul său."
„Pentru nimic în lumea asta nu merită să te frămânți.".
„Cu siguranță, lumea mă apreciază pentru calmul și statornicia mea."
„Rar mi se întâmplă să nu adorm."
„Este mult mai bine să minimalizez lucrurile ca să ne putem înțelege.".
„O țigară bună, un pahar cu vin și mi-am revenit!"
„Nu mă entuziasmez prea repede."
„Îmi place să am timp liber și să nu fac nimic."
„Uneori, îmi vine greu să-i urmăresc pe ceilalți."
„De ce să stau în picioare când pot să iau loc și de ce să iau loc, când pot să mă culc?"
„În pofida unor mici diferențe, eu cred că oamenii seamănă destul de mult între ei."
„Of, repede o cafea bună, o țigară, să mă întorc la colecția mea de timbre, să mă așez din nou în fața televizorului etc."
„Mă simt adesea în armonie cu natura și cu oamenii."

Ce se spune despre ei

„De multe ori, îi vine greu să ia o hotărâre."
„Te simți bine cu el."
„Este atât de răbdătoare, de aceea am încredere în ea."
„Ca să avanseze, trebuie să-l împingi serios de la spate."
„Nu cred că se simte cu adevărat o persoană importantă."
„Este o prietenă de nădejde, când suntem mai mulți ne simțim bine la ea."
„Este mai ușor să știi ce nu vrea, decât ce vrea."
„Odile este o excelentă delegată sindicală. Întotdeauna reușește să ne apere punctele de vedere."

AT *Stările Eului în Analiza Tranzacțională*

SE: Părinte Protector, puțin Părinte Dominator; Adult; Copil Adaptat Supus.
DE: 1. Fă plăcere. 2. Fii puternic. 3. Fii perfect.

Personalități de tipul Nouă

E. Balladur, Carl Rogers, Clint Eastwood, Jung, Pavarotti, Walt Disney, Grace de Monaco, Eisenhower, Alfred Hitchcock, Ringo Starr, M. Drucker.

Ce nu ar avea lumea dacă n-ar exista tipul Nouă

Experiențele de viață l-au învățat pe tipul Nouă să-și depășească propriile dorințe, dezvoltându-și atuuri fundamentale, necesare omenirii: capacitatea de a lua oamenii așa cum sunt (este capacitatea de *acceptare*!) și hotărârea de a-i ajuta (este capacitatea de *susținere*!).

SINTEZA TIPULUI NOUĂ

către Integrare (Evoluție)	**forță principală** ⇑
	sprijinul
+	⇑
aspectele pozitive ale tipului indicat de contra-săgeată: autenticitate, capabil să reușească	**virtute:** acțiunea corectă
	mecanism de apărare: abrutizarea
	prima atenție: să evite disconfortul
	compulsiune: evitarea conflictelor ⇓
către Regres	**tendința principală:** lenea
+	
aspectele negative ale tipului indicat	**mândrie:** „sunt foarte calm, cu mine se trăiește ușor"
de săgeată: teama	**orgoliu:** „sunt bine". ⇓

Ordinea centrilor: în funcție de persoană.

Ce este important: să fie conciliant, să nu fie despărțit de ceea ce iubește.

BCU IAȘI / CENTRAL UNIVERSITY LIBRARY

Tipul UNU

♁ *Forța principală* a tipului UNU este capacitatea de **perfecțiune**

„Pentru fiecare ființă, există un gen de activitate prin care poate să fie utilă societății, găsindu-și în același timp și ea fericirea".
Maurice Barrès

„Totul este interpretare a minții".
Laurent Baecke

ξ ***Copilăria și mecanismul de apărare***

Despărțirea de mediul perfect al esenței și de sânul matern se află la originea compulsiunii și a tendinței principale: mânia (P). Nu există nici o contradicție între tendința principală și compulsiunea tipului UNU: el trăiește într-o permanentă luptă interioară. În general, în copilărie, persoana de tip UNU a avut impresia că ceilalți așteptau multe de la ea. A fost obligată să devină un copil bun, o elevă bună, fără să fie recompensată în vreun fel. Aceste așteptări erau adesea irealizabile, lucru care o făcea să se înfurie. O furie pe care a fost învățată să și-o reprime (*„O fetiță atât de bună ca tine să se înfurie, ce bădărănie!"*), astfel încât mânia a devenit – în același timp (este singurul caz în Eneagramă) – și compulsiunea, și tendința sa principală, adică lucrul de care este stăpânită cel mai des (tendința principală) și lucrul pe care încearcă să-l evite (compulsiunea).
Ca să evite criticile celorlalți, o tânără de tipul Unu se critică ea singură. Astfel, ea și-a construit un nivel de exigență foarte înalt în privința ei și, treptat, a început să aibă aceleași exigențe și față de ceilalți.

Ca să se descurce, mica persoană de tip Unu și-a creat un mecanism de apărare: **reacția** – formație reacțională (C) – adică: să reacționeze altfel decât se așteaptă ceilalți.
Când este furioasă pe colega ei Martine, Solange îi surâde cu amabilitate și îi dă sfaturi bune.

@ Prima atenție

Tipul Unu este în primul rând interesat de ceea ce este corect sau incorect în interiorul său, la ceilalți, în situația în care se află, în funcție de criteriile personale.

Când Raphaëlle intră într-o sală de conferințe, ea se întreabă în primul rând dacă atitudinea și înfățișarea sa sunt sau nu corecte, apoi studiază locul și verifică dacă totul este în ordine...

Compulsiune: evitarea mâniei.

Aceasta înseamnă, în mod special: să evite să se înfurie, să-și reprime mânia (a se vedea, în continuare, tendința principală).

Ordinea centrilor

1. Centrul instinctiv
2 și 3. Centrii emoțional și mental, reprimați amândoi în egală măsură.

Tendința principală: mânia

În mod fundamental, tipul Unu este mâniat pe viață. El consideră că lumea nu este bine făcută și că oamenii sunt niște incapabili. El simte că trebuie să o perfecționeze.

El depune mult efort ca să-și stăpânească mânia. Dar, din când în când, presiunea este prea puternică și atunci face în așa fel încât furia sa să pară justificată.

Isabelle se înfurie pe soțul ei: „Ți-am spus că nu trebuie să-i lași pe copii să se joace în curte. Ești un...!"

Motivații principale: SĂ FIE APRECIAT pentru calitatea lucrurilor pe care le face.

Tipul Unu vrea să aibă dreptate, vrea să-i schimbe pe ceilalți – uneori, cu multă înverșunare – ca să-și justifice punctul de vedere, vrea să fie deasupra oricăror critici, astfel încât nimeni să nu-l condamne.

Viața relațională

În viață, tipului Unu îi este teamă înainte de toate de mânie. A sa sau a celorlalți. Așa că s-a gândit că există un mod radical de protecție: să fie perfect. Aceasta l-a făcut să fie extrem de exigent cu el însuși și cu ceilalți. Din păcate, nimeni nu este perfect, nimeni nu poate să facă toate lucrurile perfect. Tocmai din această cauză, el ar vrea să scape de mânia pe care o simte împotriva lui însuși.

Când ceilalți nu sunt „perfecți" în ochii lui, tipul Unu va îndrăzni să-și exprime furia abia după ce va fi convins de justețea mâniei pe care o resimte împotriva lor.
Această mânie stăpânită provoacă adesea gelozie în relațiile intime, lipsă de suplețe în relațiile sociale, când persoana de tip Unu se închide cu ușurință în atitudini dogmatice (integriste).
Toate aceste lucruri îl împing pe tipul Unu să încerce să aibă dreptate. De aceea este mai bine să evităm disputele cu el și să-i lăudăm seriozitatea, dar aceasta nu înseamnă că el nu apreciază umorul.
Tipul Unu se enervează (și tocmai acest grad de neexprimare al adevăratei mânii, care este enervarea, va învenina lucrurile, pentru el – în mintea sa) atunci când ceilalți nu sunt atenți la detalii (respect în modul de a-l trata, punctualitate, modul de a se prezenta).
Tipul Unu încearcă să perfecționeze aproape totul, chiar și relațiile pe care le are cu ceilalți.
Îl veți vedea preocupat de simțul de răspundere, cu atenția îndreptată către etica relațiilor.
Fiindcă tipul Unu consideră viața ca fiind un lucru foarte serios, el nu este un mare amator de distracții, putând deveni un partener dezagreabil *„dacă îl faci să-și piardă vremea"*.
În orice caz, atunci când simte că există un aspect negativ într-o relație, el este înclinat să-i pună capăt.
Dimpotrivă, când se angajează într-o relație, el face acest lucru cu multă seriozitate.
În mod obișnuit, tipul Unu consideră că relațiile familiale sunt extrem de importante.

Mesaje apreciate

Tipul Unu apreciază:
– să fie felicitat, fără să fie flatat, pentru calitatea muncii sale;
– franchețea și corectitudinea în expunerea problemelor;
– grija pentru detalii (într-un raport, când îl primește);
– să-i arăți că îi apreciezi sfaturile;
– să-i arăți că îl apreciezi chiar și atunci când nu este perfect;
– ca în prezența sa lucrurile să fie făcute „cum trebuie".

Mesaje care îi displac

Tipul Unu nu apreciază:
– reproșurile, criticile;

– subestimarea detaliilor;
– improvizația, dezordinea;
– exprimarea spontană a emoțiilor, marile scene.

Relațiile cu celelalte tipuri

• **Cu un alt tip Unu:** parteneriat convențional. Se vor comporta ca doi parteneri model, fără mari efuziuni sentimentale, dar e posibil să se simtă plictisiți...

• **Cu un tip Doi:** parteneriat contradictoriu.
Parteneriat destul de dificil (tipul Unu se refugiază în perfecțiune, căutând defectele tipului Doi, tipul Doi se refugiază în emoții, acuzându-l pe tipul Unu de răceală). Cu excepția cazului când partenerii evoluează și când fiecare se îmbogățește cu calitățile celuilalt...

• **Cu un tip Trei:** parteneriat cu un mare risc exploziv. Tipul Unu poate să aprecieze în mod pozitiv caracterul cuceritor al tipului Trei, dacă reușește să nu-l agaseze cu exigențele sale de perfecțiune. Tipul Trei poate să aprecieze simțul organizatoric al tipului Unu. Pot apărea dificultăți pentru că există un spațiu prea îngust pentru exprimarea emoțiilor și datorită modului lor diferit de a aborda aspectele morale: tipul Unu este intransigent, tipul Trei este nepăsător.

• **Cu un tip Patru:** parteneriat foarte delicat. Tipul Patru riscă să-l indispună în permanență pe tipul Unu pentru că își exprimă emoțiile. Tipul Unu vrea exactitate, „seriozitate", acolo unde partenerul său îi răspunde prin provocare și prin etalarea stărilor lui sufletești. Posibilitate de evoluție, care necesită răbdare și curaj, datorită dorinței de autenticitate care îi animă pe amândoi, deși metodele lor sunt diferite.

• **Cu un tip Cinci:** parteneriat bazat pe înțelegere. Facilități în găsirea multor puncte de înțelegere: rigoare, atitudine distantă față de emoții. Riscuri de conflict dacă tipul Unu încearcă să-și exercite controlul asupra partenerului. Posibilități de înțelegere dacă încheie un acord conform căruia tipul Unu va asigura, pentru ambii parteneri, „legătura socială" cu restul lumii.

• **Cu un tip Șase:** parteneriat de complicitate. Mari complicități bazate pe aceeași nevoie de rigoare, de securitate, de rutină. Viață destul de ternă care – în cele din urmă – poate să devină dificilă, în special dacă unul dintre parteneri evoluează...

• **Cu un tip Șapte:** parteneriat „contra naturii". Nu poate să evolueze pozitiv decât prin bunăvoință reciprocă, afecțiune și dragoste. O cale –

specializarea rolurilor, tipul Unu asumându-și sarcinile riguroase pe care le implică viața socială, iar tipul Șapte ocupându-se de distracțiile de care tipul Unu are atâta nevoie, chiar dacă nu mărturisește întotdeauna acest lucru cu ușurință.

• **Cu un tip Opt**: parteneriat cu risc competitiv. Dificil, mai ales dacă amândoi vor să conducă. Evoluție posibilă dacă se instalează o reală complicitate de specializare: tipul Unu să aprecieze capacitatea de a lua decizii a tipului Opt, tipul Opt să aprecieze caracterul sârguincios și bărbatul (femeia) rațional(ă) din fața sa.

• **Cu un tip Nouă**: parteneriat de complicitate. Înțelegere destul de evidentă în privința unor probleme considerate ca importante pentru ei: ordinea, armonia, luarea de decizii după o gândire matură, imaginea unor persoane senine care își stăpânesc emoțiile. Dificultăți: tipul Nouă să suporte discursurile moralizatoare ale tipului Unu, tipul Unu să suporte tendința de „aplanare cu orice preț" a tipului Nouă.

☞ **Luarea de decizii**

Pentru tipul Unu, este important să analizeze „justețea" unei decizii. *„Important este ca lucrurile să poată fi făcute corect!"*

✳ Virtute: **răbdarea**

Evoluând, tipul Unu își învinge tendința principală și devine răbdător. *Deși i-a comunicat soțului ei că nu dorea ca micuții să se joace în curte, Isabelle îi va spune pe un ton calm, asertiv și agreabil: „Dragul meu, vrei să le spui copiilor să se joace în altă parte, dar nu în curte? Mulțumesc."*

⏱ Cuvântul-cheie: **trecutul**

Dat fiind faptul că, pentru el, soluțiile problemelor de astăzi sunt în conformitate cu unele norme, în mod evident tipul Unu se va orienta cel mai adesea spre căutarea acestor norme. La fel de important pentru el este să-și poată planifica lucrurile. Fiind perfecționist, este evident că niciodată nu cere suficient timp ca să le facă pe toate corect.

„Niciodată nu ai destul timp ca să faci lucrurile cum trebuie".

Regresiv: foxterrier; evolutiv: furnică.

Descrierea succintă a tipului Unu

Tipul Unu evoluat

În faza de integrare, tipul Unu evoluează spre înțelepciune și toleranță. Este capabil să dea dovadă de realism, să fie nuanțat și să accepte părerile altora. Este rațional, conștiincios și moderat. În acest caz, el face mari eforturi pentru idealurile sale înalte și încearcă să fie agreabil și obiectiv cu ceilalți. Acordă multă importanță caracterului etic al acțiunilor sale (uneori, acționează ca un bun profesor de morală), al judecăților și al comportamentelor sale.
Dă dovadă de o înaltă integritate personală. Asimilează calitățile tipului Șapte.

Tipul Unu mediu

Demn de încredere, productiv, autodisciplinat, loial, conștiincios și săritor la nevoie, el este amabil și plin de umor.
Acționează ca un veșnic idealist, înverșunat, înclinat spre perfecțiune în toate domeniile: este un reformator aflat într-o permanentă luptă. Uneori, se simte depășit de responsabilitățile pe care le are. Își face timp ca să-și susțină părerile și încearcă să-și convingă anturajul. Ordonat și eficient, el este mai curând impersonal și își controlează prea mult emoțiile. Judecându-i pe ceilalți într-un mod foarte critic (este campionul expresiilor „Trebuie", „Tu trebuie să"...), devine perfecționist și „workaholic"* se indignează repede, este arțăgos și dornic să-i pedepsească pe ceilalți. Convins că în orice domeniu nu există decât o singură cale, el se străduiește să-și impună gândirea binară (alb sau negru, bun sau rău), iar din această cauză ia cu greu o hotărâre („Și dacă nu este bine așa?") și încearcă să amâne termenele scadente. Suportă foarte greu să fie surprins pe picior greșit.

Tipul Unu către regres

În faza regresivă, tipul Unu poate să fie vanitos, intolerabil, dogmatic și sever în judecățile sale, nesuportând să fie prins pe picior greșit. Acționează uneori în opoziție cu propriile declarații, în mod ipocrit. În fine, îi pedepsește cu ușurință pe ceilalți. Devine „integrist". Asimilează aspectele negative ale tipului Patru.

Tipul Unu către patologic

Devine crud, este expus la profunde depresii.
DSM III: obsesiv-compulsiv (perfecționism permanent și maladiv).

---

* Persoană care se spetește muncind, care simte încontinuu nevoia de a munci.

Caracteristici specifice ale tipului Unu

Își dezvoltă adesea un mecanism de defulare care se bazează pe existența a două vieți: una serioasă, alta în care este mai bizar. Întrucât societatea occidentală face deseori din tipul Unu un model, nu trebuie să ne mirăm atunci când vedem nenumărate persoane, care aparțin altor tipuri de personalitate, „împrumutând" de la el câte ceva.

DIFICULTĂȚI MAJORE

Să fie obligat să suporte „ceva aproximativ".
Să întârzie la o întâlnire.
Să plece în vacanță fără să fi studiat în prealabil harta turistică a regiunii, a hotelurilor și restaurantelor, fără să-și fi planificat deplasările.
Să suporte vreo întârziere în aranjarea biroului său sau a colțului personal de acasă. Să fie încontinuu „urmărit" de un „judecător interior".
Să aibă deseori sentimentul că este depășit de responsabilitățile sale, că nu poate niciodată să facă lucrurile atât de bine pe cât ar dori.
Să fie obligat să suporte ca restul lumii să nu facă la fel ca el.

Gânduri și cuvinte frecvente

„Se spune adesea despre mine că sunt metodic și organizat."
„Nu este prudent să-ți arăți sentimentele."
„Eu nu mă supăr decât din motive extrem de serioase."
„Îi apreciez pe oamenii care se conformează regulilor."
„Îmi place să fac lucrurile cât mai perfect posibil, până în cele mai mici amănunte."
„Nu trebuie să acționăm decât în sensul ameliorării lucrurilor."
„Dacă cineva mă admonestează, ies din încurcătură cu un surâs."
„Nu îmi place să întârzii."
„Cred că în viață trebuie să faci ce este bine și să condamni ce este rău."
„Nu îmi place să pierd timpul degeaba."
„Am în cap o voce care mă obligă să fac lucrurile cât mai bine cu putință."
„Mi se întâmplă să fiu decepționat de mine însumi și de ceilalți atunci când ceva nu este în regulă."
„Am deseori impresia că timpul zboară tocmai atunci când am multe lucruri de făcut."
„Pentru a fi iubit sau apreciat de ceilalți, este suficient să faci lucrurile perfect."

„Toubeau rămâne întotdeauna până când termină treaba."
„Ea și-a dat demisia pentru că i s-a cerut să falsifice unele facturi."

Ce se spune despre ei

„Laurent B. este un bărbat foarte sensibil, foarte inteligent și foarte cultivat. Este o plăcere să te numeri printre prietenii săi."
„Este un pisălog, un perfecționist!"
„În ziua în care Lambert ne va părăsi, vom avea nevoie de două persoane ca să-l înlocuim!"
„Dacă ceva nu este în ordine, Gaëtane se supără!"
„Pentru ea nu există o alternativă, un lucru este bun sau rău."
„Jérémie este un excelent colaborator. Întotdeauna se străduiește foarte mult."

AT ***Stările Eului în Analiza Tranzacțională***
SE: Adult; Copil Adaptat; Părinte Dominator Critic (care se poate transforma în Persecutor), în special în privința sa; acționează cu multă dificultate ca Părinte Protector.
DE: 1. Fii perfect (și Fii perfect pentru mine) 2. Fii puternic. 3. Grăbește-te.

Personalități de tipul Unu

J. Delors, Rika Zaraï, Ioan-Paul al II-lea, Margaret Thatcher, Martin Luther, Elisabeta a II-a, Cousteau.
Personaje: M. Spock, Mary Poppins.

Ce nu ar avea lumea dacă n-ar exista Tipul Unu

În fața greutăților vieții, tipul Unu a reușit să-și sublimeze mânia orientându-și această energie spre ***idealuri înalte*** și dezvoltându-și un talent important pentru omenire: simțul ***exigenței personale.***

BCU IAȘI

SINTEZA TIPULUI UNU

către Integrare (Evoluție)	**forță principală** perfecțiunea	⇑
+		⇑
aspectele pozitive ale tipului indicat de contra-săgeată: cumpătare, optimism.	**virtute:** răbdarea	
	mecanism de apărare: reacția	
	prima atenție: ce este corect/incorect la mine și la ceilalți	
	compulsiune: evitarea mâniei	⇓
către Regres	**tendința principală:** mânia	
+		
aspectele negative ale tipului indicat de săgeată: invidia	**mândrie:** „sunt drept, eu muncesc" **orgoliu:** „muncesc".	
Ordinea centrilor:		⇓

Ce este important: să aibă dreptate, să fie apreciat pentru calitatea lucrurilor pe care le face.

BCU IAȘI / CENTRAL UNIVERSITY LIBRARY

Cele trei tipuri ale centrului emoțional

Tipul DOI

♁ *Forța principală* a tipului DOI este capacitatea sa de **iubire**

„Nu vă încredeți în prima reacție,
ea este întotdeauna generoasă".
Talleyrand

„Dragostea a fost întotdeauna pentru mine
lucrul cel mai important, sau mai curând singurul".
Stendhal

ξ *Copilăria și mecanismul de apărare*

Copilul de tip Doi a fost învățat că satisfacerea trebuințelor celorlalți trece înaintea satisfacerii propriilor trebuințe. Atât de mult i-a fost inoculat acest mod de a face plăcere celorlalți încât a sfârșit prin a uita de propriile trebuințe (compulsiune: *evitarea recunoașterii propriilor trebuințe*).

Pentru că trebuia să le placă celorlalți, el a devenit sensibil la dezaprobarea semenilor săi (altă formulare pentru compulsiunea sa: *evitarea respingerii*).

Datorită acestui lucru, mulți copii de tip Doi au fost considerați ca fiind foarte simpatici de către ceilalți copii, apoi de adolescenți. Îți face plăcere să îi ai în preajma ta; ei sunt la fel de înțelegători pe cât sunt de buni părinți.

Ca să se descurce, el și-a dezvoltat un mecanism de apărare de refulare a propriilor trebuințe (a se vedea Anexa III).

Când este stresat, Marc uită chiar să bea, atât de mult își reprimă propriile trebuințe.

@ Prima atenție

Tipul Doi are în primul rând grijă să observe ce poate să facă pentru satisfacerea dorințelor și trebuințelor celorlalți, ca să fie iubit și apreciat.

Când Stéphanie sosește la reuniune, ea se precipită spre Frédérique și îl întreabă: „Crezi că toată lumea se va simți bine?"

Compulsiune: să evite respingerea și să evite recunoașterea propriilor trebuințe (C).

Aceasta înseamnă că tipul Doi se va strădui să evite să fie respins de ceilalți – și, în special, să evite recunoașterea propriilor trebuințe.

Ordinea centrilor

1. Centrul emoțional
2. Centrul instinctiv
3. Centrul mental

Tendința principală: orgoliul

Pentru că încearcă să evite recunoașterea propriilor nevoi, tipul Doi se sacrifică pentru alții și sfârșește prin a simți că este indispensabil, aceasta fiind sursa **orgoliului** său.

Denise a muncit atât de mult ca să pregătească căsătoria fiicei sale încât declară în public: „Din fericire, bine că am fost eu aici! Altfel, cine s-ar fi ocupat de toate aceste lucruri?"

Motivații principale: **SĂ FIE APRECIAT** pentru grija pe care o poartă celorlalți.

Tipul Doi vrea să fie iubit, vrea să-și exprime afecțiunea și sentimentele față de ceilalți. Vrea să fie util și chiar indispensabil.

Viața relațională

În viață, tipul Doi este convins că va fi apreciat dacă se va ocupa de ceilalți. În taină – sau pe față – (cele două situații sunt posibile), el se străduiește să fie în centrul relațiilor.
Având aerul că este servil, tipul Doi îi duce pe ceilalți acolo unde vrea el.
Se teme foarte mult de contraziceri, fiindu-i greu să le admită ca pe o poziție diferită: el le consideră ca pe o împotrivire față de persoana sa.
Își manifestă deseori emoțiile în mod exagerat (într-un mod isteric).
Relațiile cu tipul Doi sunt dificile, pentru că, chiar dacă nu își recunoaște propriile nevoi (compulsiunea sa), el se poate supăra într-o manieră cvasi-isterică dacă nu le obține.
A se plânge și a se subestima sunt două atitudini manipulatoare frecvente ale tipului Doi.

Flirtul, sexul sunt adesea „mijloace" prin care și-l apropie pe celălalt, fără ca acestea să fie trăite cu autenticitate de tipul Doi.
El are dificultăți serioase atunci când vrea să se angajeze într-o relație cu cineva care „nu are nevoie" de devotamentul său. Apreciază legăturile în triunghi: cu un bărbat sau cu o femeie care au deja o altă legătură. Dar el este aproape întotdeauna distrus când se desparte sau când este respins de cineva.

Mesaje apreciate

Modul în care îi place să fie tratat:
– să fii sensibil la eforturile sale, la atențiile sale, la ajutorul și sprijinul său;
– să-i împărtășești grijile, sentimentele, trăirile;
– să fii atent cu anturajul său (familie, colegi);
– să i se permită să-și personalizeze mediul înconjurător.

Mesaje care îi displac

Câteva exemple de lucruri pe care nu le apreciază:
– să fie izolat (el, care are atâta nevoie să se afle în contact cu ceilalți);
– ascunzișurile;
– să-i refuzi ajutorul;
– ironia;
– modul imperativ: „Așa să faci!"

Relațiile cu celelalte tipuri

• **Cu tipul Unu:** a se vedea acest tip.

• **Cu un alt tip Doi:** parteneri gemeni, două persoane de tip Doi se vor întrece în amabilități una față de cealaltă. Riscuri: sub imperiul stresului, ele se pot certa la fel de mult ca și celelalte cupluri, reproșându-și reciproc ingratitudinea, pentru că, în ochii fiecăruia, celălalt nu face niciodată la fel de mult ca el.

• **Cu un tip Trei:** parteneriat care începe cu o seducție reciprocă și care are nevoie de timp și de răbdare pentru ca tipul Trei să învețe să fie dezinvolt în lumea emoțiilor.

• **Cu un tip Patru:** parteneri deseori inseparabili, tipul Doi punându-se de multe ori în serviciul originalității tipului Patru.
Dificultate: este greu să faci să evolueze o relație în care există un dezechilibru între „susținător" și „susținut".

• **Cu un tip Cinci:** parteneriat dificil din cauza contrastului puternic. Pe tipul Cinci îl enervează atențiile tipului Doi. Pe tipul Doi îl enervează lipsa de atenție a tipului Cinci. Relația poate să evolueze atunci când tipul Doi își asumă rolul de „legătură socială" permițându-i tipului Cinci să stea în umbră și când tipul Doi acceptă să-și reducă exigențele de proximitate emoțională.

• **Cu un tip Șase:** parteneri plini de atenție unul cu celălalt, dar unul acționează ca și cum ar avea în vedere bunăstarea celuilalt, în timp ce celălalt acționează astfel ca să se simtă mai apărat. Impresia că este exploatat de celălalt poate să devină dificultatea majoră a acestui gen de parteneriat: tipul Șase se simte invadat de tipul Doi, iar tipul Doi este decepționat pentru că amabilitatea sa este respinsă.

• **Cu un tip Șapte:** împărtășesc valori identice apreciabile: gustul pentru contact, importanța plăcerii în compania celorlalți.
Dificultate: dorința unei relații serioase a tipului Doi se lovește de permanenta nevoie de evadare a tipului Șapte.

• **Cu un tip Opt:** atracție puternică, urmată în general de conflicte sfâșietoare: tipul Doi dorește să păstreze această legătură, în timp ce tipul Opt simte nevoia să cucerească alte persoane.

• **Cu un tip Nouă:** două persoane care se pun cu ușurință una în locul celeilalte, creând un climat calm în care valorile afective sunt primordiale. Menținerea relației depinde de capacitatea lor de a învăța să refuze într-o manieră asertivă (adică să refuze fără să dăuneze relației lor*).

☞ **Luarea de decizii**

Tipul Doi nu este întotdeauna conștient de faptul că deciziile sale sunt luate în funcție de ceilalți.
„Numai să nu-i displacă lui..."

✳ Virtute: **umilința**

Când evoluează, tipul Doi își înfrânge orgoliul și accede la umilință.
La căsătoria fiicei sale, un invitat îi spune Denisei: „Bine că ai fost aici ca să te ocupi de toate..."
Într-o manieră asertivă, Denise răspunde: „Mulțumesc".

---

* Vezi *„Oser être soi-même"* – bibliografia autorului. Să știi să refuzi fără să dăunezi unei relații este o capacitate dobândită prin tehnicile afirmării de sine.

Cuvânt-cheie: **neapartenență**

Firește, tipul Doi nu își organizează el însuși timpul, pentru că este la dispoziția celorlalți.

Regresiv: pisică; evolutiv: cocker.

Descriere succintă a tipului Doi

Tipul Doi evoluat

În faza de integrare, tipul Doi evoluat este altruist și dezinteresat, capabil de o dragoste necondiționată. El manifestă multă empatie, compasiune și căldură în relațiile sale. În fine, el se preocupă de ceilalți, încurajându-i și ajutându-i.
Asimilează calitățile tipului Patru (contra-săgeată).

Tipul Doi mediu

Exuberant, afectuos, tipul Doi mediu este plin de atenții față de ceilalți. Adesea se comportă într-o manieră acaparatoare, superprotectoare și posesivă, ca o „cloșcă care își apără puii". Crede că este indispensabil și „face prea mult". Își adaptează stilul în funcție de ceilalți. Devine condescendent și declară deseori că „se sacrifică" pentru altul sau pentru alții. Se teme foarte mult de singurătate. Face în așa fel încât să aibă mulți prieteni. Încearcă atât de mult să nu îi contrarieze pe ceilalți încât se identifică total cu ei, iar apoi se întreabă: „Cine sunt eu cu adevărat?" Fapt care atrage după sine o dorință de libertate reală.

Tipul Doi către regres

În fază regresivă, tipul Doi îi culpabilizează cu ușurință pe ceilalți și este interesat.
Nu ține deloc seama de propriile trebuințe și nu se consideră răspunzător de comportamentul său. Pentru că nu știe să ceară diverse lucruri pentru el, încearcă să le obțină manipulându-i pe ceilalți. Dominator și coercitiv, încearcă să-l facă pe celălalt dependent de el.
Asimilează aspectele negative ale tipului Opt (săgeată).

Tipul Doi către patologic

Se plânge foarte mult că este o „victimă", devine ipohondru. Are multe probleme psihosomatice.
DSM III: isteric și dependent.

Caracteristici specifice ale tipului Doi

Una dintre dificultățile tipului Doi provine din faptul că el se consideră „egoist" dacă îndrăznește să se ocupe de propria persoană. El nu a aflat încă faptul că îi iubim pe ceilalți doar în măsura în care ne iubim pe noi înșine.

De-a lungul secolelor, în educația fetelor – în special în mediile catolice – a pus foarte mult accentul pe comportamentul tipului Doi.

DIFICULTĂȚI MAJORE

Nu poate să spună nu, să refuze fără să dea explicații serioase, să suporte o părere proastă despre el.

Îi este teamă că va fi considerat egoist, dacă va face ceva doar pentru el.

Să suporte ca restul lumii să nu facă aceleași lucruri și pentru el, așa cum face el pentru ceilalți.

Să accepte să fie izolat, fără nici un contact, timp de mai multe ore.

Să spună cuiva că nu-i poate face serviciul promis fără să se scuze de mii de ori.

Să uite afronturile, neplăcerile pe care alții i le-au pricinuit.

Gânduri și cuvinte frecvente

„Vreau ca oamenii să se simtă bine cu mine."

„Când oamenii îmi resping ajutorul, mă simt trist și inutil."

„Încerc uneori un sentiment profund de singurătate."

„Îmi vine greu să le cer celorlalți lucrurile de care am nevoie."

„În cele din urmă, cei care depind de mine și de generozitatea mea sunt destul de numeroși; de aceea sunt foarte mândru."

„Eu fac multe complimente celorlalți."

„În general, eu iau inițiativa unui contact."

„Uneori, mă simt foarte singur și puțin cam... netot."

„Mi se întâmplă să fiu atât de îngrijorat pentru alții încât mă simt bolnav."

„Nu-mi iubesc îndeajuns semenii."

„Cred că dacă m-aș ocupa de mine, lumea ar spune că sunt egoist."

„Sper că nu i-am rănit."

„Eu îmi fac repede o mulțime de prieteni."

„Îmi plac cântecele și filmele de dragoste."

„Din când în când, mi se întâmplă să gândesc: «Vai de acela care mă plictisește!»."

Ce se spune despre ei

„Michel P. este un bărbat generos, subtil și rafinat. Este o plăcere să fii prieten cu el."
„Odette F. este o persoană sensibilă, inteligentă și cultivată. Are un dar extraordinar de a-i încuraja pe cei care se luptă cu greutățile vieții. Îmi pare bine că am cunoscut-o."
„Nu știe să spună nu."
„Când am o problemă, știu că pot conta pe Guillaume. Va face el ceva ca să mă scape de acest necaz."
„Este o gazdă excelentă, întotdeauna amabilă..."
„Își conduce echipa ca și când ar fi propria lui familie, este atent cu fiecare om."

AT ***Stările Eului în Analiza Tranzacțională***

SE: Părinte Protector; Copil Adaptat și Copil Liber.
DE: 1. Fă plăcere. 2. Încearcă și mai mult.

Personalități de tipul Doi

Madona, Maica Tereza, Gandhi, Elvis Presley, Jerry Lewis, Elisabeth Taylor, Maria-Magdalena, Simone Veil, Robert Hue, Brigitte Bardot și modelul mamei evreice ideale.

Ce nu ar avea lumea dacă n-ar exista tipul Doi

Imensa cantitate de afecțiune și de solicitudine pe care tipul Doi o dăruiește semenilor săi are la bază această energie sublimă – și complet indispensabilă omenirii – care este ***iubirea.***

SINTEZA TIPULUI DOI		
către Integrare (Evoluție)	**forță principală** iubirea	⇑
+ aspectele pozitive ale tipului indicat de contra-săgeată: echilibru spiritual, creativitate	**virtute:** umilința **mecanism de apărare:** reprimarea **prima atenție:** cum să devină indispensabil	⇑

	compulsiune: evitarea respingerii ⇓
către Regres +	**tendința principală:** orgoliul
aspectele negative ale tipului indicat de săgeată: excesul	**mândrie:** „ajut, iubesc"
	orgoliu: „sunt indispensabil" ⇓
Ordinea centrilor:	

Ce este important: să iubească, să fie iubit, să fie apreciat pentru atenția cu care îi înconjoară pe ceilalți.

Tipul TREI

Forța principală a tipului Trei este capacitatea de **a reuși**

„Arta de a fi când îndrăzneț,
când prudent este arta de a reuși".
Napoleon I

Copilăria și mecanismul de apărare

În copilărie, tipul Trei a fost învățat că ceea ce făcea el era lucrul cel mai important. „A face" a devenit mai important decât „a fi". Era lăudat pentru lucrurile pe care le făcea, nu pentru relațiile sale, și cu atât mai puțin pentru sentimentele sale.

Toate acestea s-au repetat atât de des încât au dezvoltat în el o adevărată fobie a eșecului (compulsiune: *evitarea eșecului*). Toate aceste lucruri au făcut adesea din el un elev care învăța bine la școală (într-un domeniu sau altul) și l-au împins să se angajeze foarte repede în activități complementare (școlare sau extrașcolare), astfel încât a stârnit admirația celorlalți – un domeniu (admirația celorlalți) în care a reușit foarte bine întotdeauna.

Ca să se descurce...

A sfârșit prin a crede atât de mult că era „ceea ce făcea" încât și-a dezvoltat un mecanism de **identificare** (care înseamnă „a se conforma" unui rol) cu ce credea el că așteaptă lumea de la el (a se vedea Anexa III).

În stare de stres, Andrei își dublează energia, demonstrând o dată în plus că este persoana cea mai capabilă pentru a rezolva problemele de serviciu.

@ Prima atenție

Ea are drept obiect ceea ce tipul Trei va putea să facă și care va merita aprecierea celorlalți.
Când ajunge la întrunire, Luc caută să facă ceva ca să fie remarcat în mod pozitiv.

Compulsiune: evitarea eșecului.

Aceasta înseamnă că tipul Trei se va strădui să evite asumarea unor riscuri care l-ar putea conduce la eșec (în viața profesională, ca și în cea particulară).

Ordinea centrilor

1. Centrul emoțional
2. și 3. Conform aripei

Tendința principală: înșelătoria

Pentru că încearcă să evite eșecul, el își multiplică mijloacele ca să reușească în tot ceea ce întreprinde (în toate domeniile) și consideră, în special, că îi este permis să mintă ca să-și atingă scopul.

André sosește cu întârziere la o întâlnire și declară: „Scuzați-mă, a trebuit să merg cu fiul meu la spital".

Motivații principale: **SĂ FIE APRECIAT** pentru ceea ce face.

El încearcă să se afirme și să arate că este o persoană deosebită, ca să stârnească admirația și să-i impresioneze pe ceilalți.

♥ *Viața relațională*

Teama de eșec este atât de mare la tipul Trei încât el se străduiește enorm ca să fie acceptat de ceilalți. Pentru aceasta, el va căuta să strălucească, să acumuleze reușite (conform normelor sale și ale anturajului său, bineînțeles), să-i cucerească pe ceilalți. Importanța pe care o acordă tuturor lucrurilor pe care „le face" îl îndeamnă adesea să dorească „să reușească" și în relațiile sale.
Aceasta înseamnă că tipul Trei va consacra mult timp și multă energie pentru înfățișarea sa, pentru „impresia" pe care vrea să o facă celorlalți.

I se poate întâmpla uneori să-și „studieze" și exprimarea afectivității și să și-o regizeze.
De altfel, el caută să evite toate emoțiile negative, propunând în special „activități agreabile" în locul lor. („Dacă am ieși în oraș?")
Importanța pe care tipul Trei o acordă activităților sale îl face să-și neglijeze viața afectivă și personală.
Timpul liber reprezintă deseori o sursă de neliniște pentru tipul Trei.
Tipul Trei confundă, de altfel, destul de des, ideea pe care și-o face despre o emoție (ceva abstract) cu emoția însăși (concretă).

Mesaje apreciate

Tipului Trei îi place:
– să-și vadă munca, reușitele apreciate, admirate;
– manifestarea optimismului;
– să se poată remarca, să-și „facă numărul" în fața celorlalți.

Mesaje care îi displac

El nu apreciază:
– lecțiile de morală;
– micile însărcinări obscure;
– efuziunile sentimentale.

Relațiile cu celelalte tipuri

• **Cu tipul Unu:** a se vedea acest tip.

• **Cu tipul Doi:** a se vedea acest tip.

• **Cu un alt tip Trei:** emulație permanentă (în viața profesională), o foarte bună înțelegere în viața personală (unde și unul, și celălalt își caută mai mult un partener cu care „să se afișeze" sau cu care „să se joace de-a cea mai bună mamă sau cel mai bun tată"). Risc distructiv: competiție în același domeniu.

• **Cu un tip Patru:** parteneriat stimulator. „Cel mai bun" cu „excepțional". Înțelegem că este un parteneriat care cere multă maturitate ca să dureze, în care unul dintre parteneri va trebui să fie mai temperat.

• **Cu un tip Cinci:** parteneriat bazat pe rațiune.
Dificultate: tipul Trei acționează ca să obțină recunoașterea celorlalți, tipul Cinci încearcă să scape de „întrunirile" cu mai mult de trei persoane.
Relația poate evolua pozitiv dacă tipul Cinci acceptă „escapadele" partenerului, în schimbul unui câmp liber de acțiune.

• **Cu un tip Șase**: parteneriat destul de rar.
Dificultate: tipul Șase este exasperat de caracterul îndrăzneț, „riscant" al partenerului, tipul Trei este agasat de nevoia de securitate – cu consecința sa de respectare a normelor – a tipului Șase.
Posibilă evoluție pozitivă dacă își acceptă complementaritatea, tipul Șase moderând ardoarea tipului Trei, acesta din urmă realizând ideile (foarte numeroase) ale tipului Șase.

• **Cu un tip Șapte**: parteneriat zbuciumat.
Un parteneriat în care amândoi umblă după cele mai nebunești proiecte. Adversari ai închistării, ei o pot apuca pe nenumărate căi, riscând chiar să facă datorii catastrofale.
Posibilitate de evoluție: cu condiția ca unul dintre parteneri să devină mai temperat.

• **Cu un tip Opt**: parteneriat performant atunci când există puncte de vedere unitare în privința unui proiect (profesional sau particular).
Risc: ca unul dintre ei să îl saboteze pe celălalt sau să se considere angajați într-o competiție, unul dorind să fie „cel mai tare", celălalt, „cel mai bun".

• **Cu un tip Nouă**: parteneriat întrucâtva „contra naturii".
Unul vrea să câștige în pofida adversităților, celălalt vrea „să lase lucrurile să-și urmeze cursul"; viitorul unui astfel de parteneriat depinde de moderația unuia dintre ei.

☞ Luarea de decizii

Luarea de decizii nu este o problemă dificilă pentru tipul Trei, ținând seama de capacitatea sa de adaptare.
„Voi reuși eu să mă aranjez".

✳ Virtute: **autenticitatea**

Când tipul Trei evoluează, virtutea învinge tendința principală. Atunci el poate să exprime adevărul.
Andrei sosește cu întârziere și spune: „Scuzați-mă, am întârziat și este vina mea".

⏱ Cuvânt-cheie: **măsurat**

Pentru tipul Trei, timpul este un mijloc pe care trebuie să și-l organizeze cât mai bine (să-l măsoare) ca să-și atingă scopul fixat. *„Nici un minut de pierdut!"*

Regresiv: păun; evolutiv: vultur.

Descriere succintă a tipului Trei

Tipul Trei evoluat

În faza de evoluție, tipul Trei dobândește încredere în el însuși, devine energic și adaptabil. Atunci multă lume îl place.
Trezește admirația pentru capacitatea sa de a însufleți și de a duce la bun sfârșit proiectele sau pentru atenția acordată celor pe care îi are în grija sa.
Devine un lider ce este urmat cu ușurință pentru că inspiră încredere.
Asimilează calitățile tipului Șase (contra-săgeată).

Tipul Trei mediu

Este competitiv, absorbit de activitățile sale (profesionale, sociale sau personale), pentru că reușita și prestigiul sunt importante pentru el.
Are un simț practic dezvoltat, eficient, orientat spre scopurile propuse.
Obsesia eșecului îl face să nu participe la o acțiune decât atunci când este sigur de reușită.
Este superficial și acordă o mare importanță imaginii sale.
Nu îi plac cu adevărat distracțiile, preferă activitatea, ceea ce atrage după sine tendința de a face lucrurile repede, chiar mai multe în același timp. Timp de care, prin forța împrejurărilor, duce lipsă. Își supraevaluează deseori adevăratele capacități. Se supără dacă este întrerupt în timp ce lucrează. Oamenii și lucrurile nu îl interesează decât în măsura în care îl ajută în atingerea succesului.
Poate fi arogant, pretențios, calculat.
Adoptă sentimentele rolului pe care îl interpretează.
În marea majoritate a cazurilor, nu își exprimă sentimentele.

Tipul Trei către regres

În faza regresivă, tipul Trei este oportunist.
Mincinos, îi înșală adesea pe ceilalți, îi exploatează. Uneori, i se întâmplă să se mintă singur. Fiind răzbunător e posibil să saboteze ce nu poate „avea".
Asimilează aspectele negative ale tipului Nouă (săgeată).

Tipul Trei către patologic

Sadic; poate să prezinte tendințe psihopatologice, cum ar fi sinuciderea sau crima. Muncește foarte mult. DSM IV (1996): mitoman.

Caracteristici specifice tipului Trei

Fiind un bun slujitor al sistemelor ideologice dominante, tipului Trei i se încredințează deseori funcții pe care le duce la bun sfârșit cu zel și energie – realitate foarte importantă în Occident, la sfârșitul acestui secol. Richard Riso crede că în special Statele Unite și-au dezvoltat o cultură de tip Trei, fapt care demonstrează importanța tipului Trei ca model printre rolurile prezente în societățile noastre.

DIFICULTĂȚI MAJORE

Să fie obligat să suporte incompetența celor care îl înconjoară. Să se simtă „obligat" să dea în permanență ce are el mai bun. Să nu se poată opri să se compare cu ceilalți.

Tipului Trei îi este greu să trăiască fără o „bună planificare"; fără să povestească despre reușitele sale; să stea ore întregi fără să discute cu cineva; să nu încerce să îi cucerească pe cei pe care îi întâlnește.

Gânduri și cuvinte frecvente

„Nu-mi place să vorbesc prea mult despre viața mea particulară."
„Este bine ca oamenii să aibă o ocupație."
„Îmi place să-mi planific munca și să nu fiu prea mult deranjat."
„Sunt bucuros să muncesc pentru un patron care apreciază lucrul bine făcut."
„Ca să-ți atingi scopul, nu este ceva prea grav dacă modifici puțin adevărul."
„Nu mi-e teamă de orele suplimentare."
„Mă lupt adesea pentru o cauză dreaptă."
„Nu înțeleg cum pot unii oameni să se plictisească."
„Îmi place să frecventez oameni importanți și competenți."
„Sunt cu desăvârșire un optimist."
„Îmi place să-mi petrec timpul discutând cu ceilalți."
„Cred că înfățișarea oamenilor este foarte importantă."
„Ca să ies din încurcătură, mi se întâmplă să deformez realitatea."
„Știu foarte bine ce așteaptă lumea de la mine."

Ce se spune despre ei

„Mă plictisește, ai spune că pe lumea aceasta doar munca contează!"
„Ea are foarte multă încredere în sine și știe să ducă lucrurile la bun sfârșit."
„Este un bun șef de serviciu, știe să-și mobilizeze colaboratorii."

AT *Stările Eului în Analiza Tranzacțională*

SE: Părinte Dominator (uneori Persecutor); Părinte Protector (ca să liniștească); Adult; Copil Adaptat și Copil Liber.
DE: 1. Fii perfect (și Fii perfect pentru mine) 2. Fii puternic. 3. Grăbește-te (și Grăbește-te pentru mine).

Personalități de tipul Trei

Jimmy Connors, Anne Sinclair, Jean-Paul Belmondo, Alain Delon, A. Schwarzenegger, Jimmy Carter, John Kennedy, Ronald Reagan – prezența acestor președinți explicându-se prin faptul că *cultura americană este de tip Trei**.

Ce nu ar avea lumea dacă n-ar exista tipul Trei

Tipul Trei demonstrează valoarea și importanța **capacității** de a acționa, precum și cea de a **reuși** ceea ce se întreprinde.

SINTEZA TIPULUI TREI		
către Integrare (Evoluție)	**forță principală:** capacitatea de a reuși	⇑
+		
aspectele pozitive ale tipului indicat de contra-săgeată: loialitate, curaj	**virtute:** autenticitatea	⇑
	mecanism de apărare: identificarea	
	prima atenție: ce să facă pentru a fi aprobat	
	compulsiune: evitarea eșecului	⇓
către Regres	**tendința principală:** înșelătoria	
+		
aspectele negative ale tipului indicat de săgeată: lenea	**mândrie:** „reușesc", „sunt eficient" **orgoliu:** „am succes"	⇓
Ordinea centrilor: depinde de individ.		
Ce este important: să reușească, să fie apreciat pentru tot ceea ce face.		

---

* A se vedea R. Riso – bibliografie.

Tipul PATRU

8 *Forţa principală* a tipului Patru este capacitatea de **creativitate**, simţul artistic.

„Fiecare mare poet vede lumea într-un fel care este numai al lui."
Pierre Emmanuel

„Dacă nu valorez mai mult, cel puţin sunt altcineva."
Rousseau

„De ce să cânţi atâtea note, când este suficient să le cânţi pe cele mai frumoase."
Miles Davis

„Imaginaţia este calitatea specifică a omului."
C. Castoriadis

ξ *Copilăria şi mecanismul de apărare*

O întâmplare importantă de „ruptură, separare" (deces, mutare) sau trăită ca atare a provocat la copilul de tip Patru un sentiment puternic de abandon, care l-a făcut să se considere cu „adevărat diferit de ceilalţi" (de unde şi compulsiunea sa: *evitarea banalităţii*).
Devenind foarte sensibil, el şi-a dezvoltat o imaginaţie ieşită din comun, deşi a avut adesea impresia „că este de prisos". Critica l-a făcut să-şi dezvolte deseori o atitudine de revoltă împotriva celor care îl criticau.
Ca să se descurce, şi-a creat un mecanism de **introiecţie**, adică „înghite" şi „încasează" totul fără să spună vreun cuvânt (A se vedea Anexa III).

Sub imperiul stresului, atunci când este criticat în public, Étienne nu lasă să se vadă nimic din ceea ce simte.

@ Prima atenţie

Ea se îndreaptă spre „ce lipseşte" acolo unde se află el, spre ce ar fi bine, dar nu este disponibil, spre ce l-ar face să trăiască sentimentele cu intensitate.

Când Eloïse soseşte în sala de şedinţe, se gândeşte că ar fi bine dacă ar exista acolo şi nişte plante, dacă mesele ar fi altfel dispuse..."

Compulsiune: evitarea banalității.

Ordinea centrilor

1. Centrul emoțional
2. Centrul mental
3. Centrul instinctiv

Tendința principală: invidia

Întrucât încearcă să evite banalitatea, tipul Patru, dornic să-și marcheze locul, poate fi gelos pe acela care pare mai deosebit decât el. Această gelozie devine invidie.

Claudine și-a făcut un costum „șic" pentru nunta lui Philippe. Când sosește acolo, ea observă și invidiază costumul „sport" pe care l-a ales Anne și care o face pe aceasta din urmă mai originală.

Motivații principale: SĂ FIE APRECIAT pentru faptul că este diferit.

El caută să se înțeleagă și să se exprime prin ceva frumos, prin ceva deosebit (conform propriilor criterii), cu scopul de-a se retrage și de-a se ocupa de nevoile sale emoționale.

Viața relațională

Pentru că viața l-a rănit, tipul Patru caută o compensație construindu-și o personalitate „originală", diferită de a celorlalți. El caută întotdeauna un ideal de viață inaccesibil și crede că „ceilalți" dețin fericirea și succesul, iar toate acestea îl fac adesea să fie invidios.

Cu tipul Patru, nimic nu este simplu.

Relațiile sale sunt impregnate din plin cu idealuri romantice. Căutarea fericirii contează mai mult decât fericirea însăși. Deseori caută atât de mult partea profundă a lucrurilor (el este obișnuit să „introiecteze" totul), devine mai sensibil la „ceea ce se petrece în interiorul său", în cadrul unei relații, în loc să-i guste bucuriile cu simplitate.

Trăind atât de mult în „căutarea" inaccesibilului sau în amintirile sale, fiind atât de important pentru el să confere tuturor aspectelor vieții un caracter „original", tipul Patru pare deseori o persoană distantă.

Exprimarea sentimentelor normale îl face deseori să fie nerăbdător, pentru că s-ar putea ca acest lucru să i se pară „prea banal".

Își dorește foarte mult să fie ascultat.

Ca să-și exprime sentimentele, tipului Patru îi place să facă unele insinuări, să lanseze „priviri cu subînțeles".

Manierele, gustul pentru excepțional, dispozițiile și o anume preferință pentru lux sunt caracteristici frecvente ale tipului Patru. Are o înclinație pronunțată pentru cei absenți: amanți absenți, prieteni din depărtare, comuniune cu divinul.
Simte o anumită atracție pentru exprimarea teatrală a dispozițiilor sale.

Mesaje apreciate

Exemple de lucruri care îi plac tipului Patru:
– să-ți exprimi admirația pentru originalitatea sa;
– să-ți exprimi afecțiunea pe care i-o porți;
– să împărtășești împreună cu el emoțiile estetice;
– să-i vorbești cu sinceritate despre cele mai grave și cele mai serioase subiecte (dragoste, moarte, sensul vieții);
– să-l inviți la un restaurant unde masa este servită la lumina lumânărilor.

Mesaje care îi displac

El nu apreciază:
– să fii trivial, vulgar;
– să fie obligat să se despartă de amintirile sale;
– să fie obligat să meargă în locuri banale;
– să fie comparat cu altcineva.

Relațiile cu celelalte tipuri

• **Cu tipul Unu:** a se vedea acest tip.

• **Cu tipul Doi:** a se vedea acest tip.

• **Cu tipul Trei:** a se vedea acest tip.

• **Cu un alt tip Patru:** parteneriat foarte delicat. Puțin compatibili în viața profesională. În viața particulară, ei se completează perfect ca să joace scene de pasiune sfâșietoare, de despărțiri urmate de împăcări, de dispute pasionale, totul într-o manieră teatrală.
Nu riscă să se plictisească!

• **Cu un tip Cinci:** parteneriat dificil, destul de mult „contra naturii". Unul detestă manifestările dramatice, celălalt le trăiește frecvent. Au un punct comun: amândoi sunt persoane „aparte".

• **Cu un tip Șase:** parteneriat foarte dificil. În special dacă ambii parteneri pun laolaltă toate anxietățile lor.

Perspectivă pozitivă dacă tipul Patru acceptă ajutorul tipului Șase, care îi poate canaliza creativitatea debordantă, și dacă tipul Șase acceptă „picanteriile" cu care tipul Patru asezonează existența lor.

• **Cu un tip Șapte**: parteneriat ambiguu. Au numeroase puncte comune: exuberanța, schimbarea, entuziasmul rapid, urmat de nepăsare, gustul pentru lucrurile senzuale. În schimb, le vine mai greu să împace dorința de angajare totală a tipului Patru cu nevoia de a evita izolare a tipului Șapte.

• **Cu un tip Opt**: parteneriat de o frumoasă complementaritate. Tipul Opt apreciază multe din caracteristicile tipului Patru: spontaneitatea (în special mânia sa), latura sa, „aparte". Tipul Patru se simte ajutat în mod serios de către o persoană capabilă să-i stăvilească dezlănțuirile.

• **Cu un tip Nouă**: parteneriat dificil . Tipul Patru vede totul în negru, tipul Nouă crede că totul este perfect în cea mai bună dintre lumi. Dar ei pot găsi puncte comune care să le convină la amândoi: familia, dragostea pentru natură, estetică. Fiecare poate să învețe ceva de la celălalt: temperanța pentru tipul Patru, exprimarea sinelui pentru Tipul Nouă.

☞ Luarea de decizii

Stările sufletești pe care le simte sau pe care le presimte sunt determinante în deciziile pe care trebuie să le ia tipul Patru.

„Cu condiția ca aceasta să-mi permită să simt o mare emoție".
„Din moment ce aceasta îmi permite să arăt că sunt deosebit".

✳ Virtute: **echilibrul sufletesc**

Evoluând, tipul Patru își învinge tendința principală și ajunge la un frumos echilibru sufletesc.
Sosind la nunta lui Philippe, Claudine o felicită într-un mod asertiv pe Anne pentru frumosul ei costum.

⏱ Cuvânt-cheie: **trecut și viitor**

Tipul Patru călătorește mult în timp. Își amintește unele senzații trăite înaintea unui viitor imaginar (ca sursă de creativitate), el refugiindu-se mult în aceste două dimensiuni. Nu îi place să-și planifice timpul.

Regresiv: baset; evolutiv: armăsar.

Descriere succintă a tipului Patru

Tipul Patru evoluat

În faza de integrare, tipul Patru își dezvoltă calități artistice și o mare sensibilitate față de condiția umană. Foarte intuitiv, el poate fi destul de vanitos.

Își exprimă trebuințele și realitățile personale cu onestitate. I se întâmplă să fie serios și nostim în același timp. În fine, el trăiește cu multă intensitate realitățile sentimentale și emoționale (ale sale și ale altora). Asimilează calitățile tipului Unu (contra-săgeată).

Tipul Patru mediu

În mod frecvent, are o atitudine și o înfățișare de „artist și/sau romantic". Este atras de lucrurile care îi lipsesc – dar pe care nu le poate defini cu ușurință –, de tot ce este departe și inaccesibil, lucruri pe care ceilalți le-ar „avea" dar nu și el: dragoste, satisfacție, fericire. Fiindcă viața obișnuită nu îl satisface, el are tendința să trăiască două realități: lumea obiectivă și lumea visată. Își face multe iluzii despre viață – ale cărei aspecte emoționale le trăiește adesea în mod „dramatic" – și despre el însuși. Trece cu ușurință de la o stare depresivă la o stare de hiperactivitate. Este sensibil la aspectele estetice și imaginative ale vieții. Face deseori referință la „elite" (conform normelor sale, bineînțeles). Își exprimă adesea emoțiile printr-o activitate „remarcabilă" (în ochii lui). Poate fi foarte absorbit, preocupat, introvertit și melancolic. De asemenea, poate să fie prost dispus. Crede că este important să fie diferit de ceilalți. Deseori, se lasă înduioșat de propria lui soartă.

Tipul Patru către regres

În faza regresivă, tipul Patru poate să fie dependent de ceilalți. De asemenea, își poate inhiba propriile resurse. Predispus la depresie, poate să cadă într-o formă de dispreț față de el însuși, până la melancolie. Dar el are puterea de a o transforma această tendință depresivă în câmpul fertil al creativității sale. Ținând seama de toate acestea, el poate să fie și dușmănos. Asimilează aspectele negative ale tipului Doi (săgeata).

Tipul Patru către patologic

Melancolie depresivă și sinucigaș.

DSM III: depresiv.

DIFICULTĂȚI MAJORE

Momente depresive destul de frecvente.
Tipul Patru este deseori cuprins de îndoială și are impresia că nu merită afecțiunea sau dragostea celorlalți.
Are sentimentul că așteaptă prea mult de la viață și de la oameni.
Trăiește cu teama că va fi părăsit.
Visează mult să aibă ceea ce nu are.
Nu iese în lume cu prima haină care „îi cade" în mână.
Tipului Patru îi vine destul de greu să se intereseze de reușitele sale.
Este prea dependent de amintirile sale.

Gânduri și cuvinte frecvente

„Sunt foarte sensibil la criticile altora."
„Am visat întotdeauna marea dragoste."
„Mă înduioșează lucrurile pe care le citesc în ziare."
„Mă simt flatată atunci când lumea mă consideră diferită de ceilalți."
„Sunt mai sensibil față de lucrurile care nu sunt în regulă cu mine."
„Este important pentru mine să pot trăi conform idealurilor mele."
„Mi se întâmplă să mă simt deprimat vreme îndelungată."
„Suferința, dragostea și frumusețea mă înduioșează foarte mult."
„Oamenii nu își dau prea bine seama de frumusețile vieții."
„Acord multă importanță bunului gust."
„Simt lucrurile mult mai profund decât majoritatea oamenilor."
„Reușitele sentimentale ale altora mă fac uneori gelos."
„Îmi place să-mi imaginez cum să regizez lucrurile în viață."
„Deseori, am un sentiment de nostalgie."
„Îmi duc viața în bucurie sau tristețe, și mult mai rar aleg calea de mijloc."
„Nimeni nu mă înțelege."
„Sunt zile când mă întreb: „«De ce să mai lupt?»."
„Mi-ar plăcea să creez ceva unic, care să aibă un sens profund."

Ce se spune despre ei

„Filip L. este un bărbat inteligent, sensibil, generos și muncitor. Este o plăcere să te numeri printre prietenii săi."
„Este foarte atent și are o viziune foarte originală despre viață, dar este prea des invidios."
„Și-a înjghebat propria afacere, cu un obiectiv complet nou, și a reușit pentru că este perseverent și creativ."
„Este cea mai antrenantă persoană pe care o cunosc, plăcută și subtilă."

„Este un excelent colaborator care a știut să dea o notă aparte modului în care și-a organizat munca."

AT *Stările Eului în Analiza Tranzacțională*

SE: Părinte Protector (uneori Salvator); Adult; Copil Rebel și Copil Adaptat Supus (deseori, Victimă).
DE: 1. Fă plăcere. 2. Fii perfect (și Fii perfect pentru mine).

Personalități de tipul Patru
Don Quijotte, E. Brontë, Greta Garbo, A. Rimbaud, J. Brel, M. Callas, M. Béjart, Beethoven, M. Proust, O. Welles, Joan Baez, E. Piaf, Van Gogh, Frédéric Mitterrand.
Personaj: Doamna Bovary.

Ce nu ar avea lumea dacă n-ar exista tipul Patru
Persoanele de tip Patru sunt cele care trăiesc cu cea mai mare profunzime o relație, adesea încordată și dificilă, cu potențialitățile creatoare care dormitează în fiecare dintre noi. Este un lucru indispensabil omenirii.

SINTEZA TIPULUI PATRU

către Integrare (Evoluție)	**forță principală:** creativitatea, simțul artistic ⇑
+ aspectele pozitive ale tipului indicat de contra-săgeată: perfecțiune, răbdare	**virtute:** echilibrul sufletesc ⇑
	mecanism de apărare: introiecția*
	prima atenție: ce lipsește, ce ar fi bine, dar nu este disponibil, sau ce ar permite o senzație puternică
	compulsiune: evitarea banalității ⇓
către Regres	**tendința principală:**
+	invidia

* + sublimarea

aspectele negative ale tipului indicat de săgeată: orgoliul

mândrie: „sunt sensibil, sunt diferit"
orgoliu: „sunt unic". ⇓

Ordinea centrilor:

Ce este important: să fie aparte, să fie apreciat pentru ceea ce este, pentru că este diferit.

Cele trei tipuri ale centrului mental

Tipul CINCI

Forța principală a tipului Cinci este capacitatea de **cunoaștere**, de precizie

„Un singur lucru este necesar: singurătatea. Marea singurătate interioară. Să cobori în tine însuți și să nu întâlnești acolo pe nimeni ore întregi, aceasta este starea la care trebuie să ajungi".

Rilke, *Scrisoare către un tânăr poet*

Copilăria și mecanismul de apărare

Foarte devreme, micul Cinci și-a construit o apărare împotriva lipsei de iubire a părinților sau a excesului de dragoste invadatoare – consecințele sunt aceleași. Rănit, el caută în compensație să înțeleagă lumea înconjurătoare, citește mult (de unde și compulsiunea sa: *să evite vidul interior și intruziunea*).

Tipul Cinci are câțiva prieteni buni, dar nu prea mulți. Curios și deseori strălucitor, în general el a fost un elev bun.

Ca să se descurce, și-a creat un mecanism de apărare de **izolare**, de retragere (a se vedea Anexa III).

Într-o echipă care trebuie să rezolve o problemă tehnică, François face în așa fel încât să nu fie solicitat și chiar să nu fie văzut.

@ Prima atenție

Ea se îndreaptă spre acea posibilitate care îi permite să rămână distant și să observe ce se petrece în jurul său ca să înțeleagă. *Când Florent sosește într-o sală de ședințe, el caută un loc de unde să poată să observe cu ușurință pe ceilalți, fără ca el să fie prea solicitat.*

Compulsiune: evitarea intruziunii celorlalți în spațiul său personal (și, de asemenea, evitarea vidului interior) (C). Aceasta înseamnă că tipul Cinci se va strădui să evite intrușii și se va ocupa foarte mult de latura spirituală.

Ordinea centrilor

1. Centrul mental
2. Centrul emoțional
3. Centrul instinctiv

Tendința principală: avariția (este avar cu cunoștințele sale și cu timpul său)

Tipul Cinci are tendința să păstreze cu gelozie pentru el cunoștințele pe care le-a acumulat.

Ca delegat sindical al uzinei, Jeanne a adunat sistematic toate notele de serviciu, informații pe care le păstrează numai pentru ea.

Motivații principale: SĂ FIE APRECIAT pentru cunoștințele sale.

El caută să înțeleagă mediul său înconjurător, să dobândească cunoștințele despre el pentru a se apăra.

♥ *Viața relațională*

Detașarea – reacție la teama de a suferi datorită relațiilor cu ceilalți – conduce viața afectivă și relațională a tipului Cinci. Se consolează destul de ușor de decepțiile vieții, izolându-se. O viață bună cu o persoană de tipul Cinci implică respectul absolut pentru nevoia sa de izolare. Este foarte important să nu i se impună nici o restricție în această privință. Multe persoane de tipul Cinci oscilează între această dorință de izolare și dorința ca lumea să se intereseze de ele.

Tipul Cinci preferă angajamentele bine definite în cazul relațiilor, dar în aceeași măsură să i se precizeze ce se așteaptă de la el pe toate planurile. Când se atașează de cineva, el devine foarte posesiv. Atunci

când simte că este liber să acționeze fără nici o constrângere, tipul Cinci este extrem de capabil să-i ajute pe cei apropiați.
„Avariția sa pentru lucrurile esențiale vieții sale intelectuale" (P) se manifestă în confidențialitatea relațiilor intime, în atracția pe care o simte pentru oamenii și ideile care influențează cultura socială, în crearea unui turn de fildeș (a unei „cetăți" (P)).
Capabil de gelozie și mânie, el poate să fie de asemenea tandru și să trăiască o sexualitate agreabilă.

Mesaje apreciate

Tipului Cinci îi place:
– să se poată retrage (atât în viața profesională, cât și în viața particulară);
– să-ți exprimi admirația față de cunoștințele și sfaturile sale;
– să poată despărți viața profesională de viața particulară într-un mod foarte clar.

Mesaje care îi displac

Ce nu apreciază tipul Cinci:
– să fie nevoit să aibă grijă de cineva;
– efuziunile sentimentale;
– să survină ceva pe neașteptate;
– să fie obligat să ia o hotărâre fără să fi avut destul timp de gândire;
– să fie obligat să facă ceva la repezeală;
– să fie obligat să se întâlnească cu un necunoscut;
– să fie obligat să ia cuvântul în public.

Relațiile cu celelalte tipuri

• **Cu tipul Unu:** a se vedea acest tip.
• **Cu tipul Doi:** a se vedea acest tip.
• **Cu tipul Trei:** a se vedea acest tip.
• **Cu tipul Patru:** a se vedea acest tip.
• **Cu un alt tip Cinci:** parteneriat ideal pentru amândoi. Fiind foarte „identici", ei nu riscă decât plictiseala și monotonia.
• **Cu un tip Șase:** parteneri închiși în ei înșiși. Tipul Cinci va aprecia simțul loialității tipului Șase, tipul Șase va aprecia rigoarea mentală a tipului Cinci. Ei formează împreună o asociație ca să se apere de lume, dar există riscul plictiselii... tocmai din cauza lipsei oricărui risc.

• **Cu un tip Șapte**: parteneriat puțin probabil. Cei doi nu se potrivesc aproape deloc. Tipul Cinci fuge de lume, tipului Șapte îi place să trăiască în lume. Tipul Cinci se gândește la muncă, tipul Șapte la plăcere.
Există posibilitatea unei evoluții pozitive dacă fiecare dintre ei evoluează suficient ca să accepte „să învețe" de la celălalt.

• **Cu un tip Opt**: parteneriat armonios. Tipul Cinci găsește la tipul Opt ceea ce îi lipsește lui: capacitatea de a acționa cu încredere, iar tipul Opt apreciază caracterul calm și independent al tipului Cinci.

• **Cu un tip Nouă**: parteneriat armonios. Ei se apreciază reciproc, amândoi iubesc calmul, departe de agitația lumii. Tipul Nouă îi dă încredere tipului Cinci datorită raporturilor sale calme cu ceilalți.
Risc: dificultățile de a acționa ale celor doi pot „bloca" acest parteneriat.

☞ Luarea de decizii

Pentru tipul Cinci este important să nu fie obligat să ia decizii înainte de a fi avut ocazia de a se distanța suficient de problema respectivă.
„Nu-mi place să fiu obligat să iau rapid o decizie".

✳ Virtute: **detașarea**
În faza evolutivă, tipul Cinci își învinge tendința principală și poate să devină dezinteresat.
După câtva timp, Jeanne pune la dispoziția colegilor de serviciu informațiile culese.

⏱ Cuvânt-cheie: **trecut și retragere**

Prin definiție, cunoștințele aparțin întotdeauna unui trecut, chiar dacă este apropiat, în care îi place să se întoarcă, pentru a-l cerceta.
Tipul Cinci este persoana care are cel mai mult nevoie să fie singură cu ea însăși, departe de ceilalți. Chiar dacă nu este lăsat s-o facă, el se va descurca întotdeauna, astfel încât să-și găsească un moment de singurătate.
„Pentru mine, este un lucru absolut vital să pot fi singur cu mine însumi".

Regresiv: vulpe; evolutiv: bufniță.

Descriere succintă a tipului Cinci

Tipul Cinci evoluat

În faza de evoluție, tipul Cinci devine capabil să-și înțeleagă anturajul extrem de bine.
Poate fi vizionar. Descoperă lucruri noi și inventează lucruri interesante. Dă dovadă de multă intuiție ca să înțeleagă lucrurile și oamenii. Foarte concentrat, se implică mult, analizând cunoștințele cu o gândire matură și cu rigurozitate. Fiind considerat drept o persoană credibilă, tipul Cinci își arogă sau i se oferă deseori o poziție de expert.
Asimilează calitățile tipului Opt (contra-săgeată).

Tipul Cinci mediu

Tipul Cinci mediu nu se bizuie decât pe el și pe ceea ce știe. În mod obișnuit, este considerat de ceilalți un „intelectual" pentru că el este de părere că înțelegerea corectă și „analiza" lucrurilor sunt primordiale. Are o mare nevoie de izolare. Poate să ducă o viață destul de simplă ca să-și păstreze singurătatea. Poate să se detașeze de ceilalți, pe care, de altfel, îi solicită prea puțin, obsedat de maniera sa de a interpreta lucrurile. Fiind deseori dependent de idei fixe, de poziții doctrinale, el este ținut la distanță și se „învârtește în cerc" în lumea sa interioară. Tipul Cinci „compartimentează" destul de des lucrurile, problemele și relațiile. El consideră că speranțele și așteptările celorlalți sunt obositoare. Uneori, poate deveni dictatorial, extremist.

Tipul Cinci către regres

În faza regresivă, tipului Cinci îi lipsește siguranța și poate rupe legăturile cu realitatea și cu ceilalți. Ostil până la cinism, se izolează din ce în ce mai mult, până la refuzul de a lua contact cu ceilalți.
„Despică firul în patru" și devine certăreț.
Asimilează aspectele negative ale tipului Șapte (săgeată).
Obsedat de idei stranii, el poate deveni...

Tipul Cinci către patologic

... paranoic. Fobic, periculos, cu tendințe schizofrenice.
DSM III: schizoid (închis în mica sa lume personală).

Caracteristici specifice tipului Cinci

Această observație se referă la cei care trăiesc alături de persoane de tipul Cinci (copii, colegi). Este foarte important să le respectați nevoia de singurătate.

DIFICULTĂȚI MAJORE

Să fie obligat să renunțe la etalarea cunoștințelor sale în fața anturajului.
Să fie obligat să se întâlnească cu necunoscuți.
Îi vine greu să-și exprime gândurile în mod concis, fapt care îi „enervează" destul de des pe interlocutorii săi.
Să fie obligat să organizeze o serată cu mulți invitați.

Gânduri și cuvinte frecvente

„Am impresia că puțini oameni îmi înțeleg nevoia de singurătate."
„Ce să fac ca să nu merg la această reuniune?"
„Am învățat mai multe lucruri despre viață citind și observând decât acționând."
„Îmi place să mă cufund în lucrurile care mă interesează."
„Nu îmi place să mă conformez regulilor."
„Mă simt bine în compania celor care au aceleași preocupări ca și mine."
„Nu-mi place să fiu agresiv."
„Îmi vine greu să-mi exprim sentimentele în clipa în care se petrec lucrurile."
„Îmi reproșez de multe ori că nu sunt generos."
„Nu trebuie să-ți etalezi sentimentele."
„Am nevoie de mult timp, și uneori de un loc, doar pentru mine."
„Îmi vine greu să cer ceva pentru mine."
„Prefer să stau mai degrabă deoparte și să observ oamenii decât să mă amestec printre ei."
„Am tendința să fiu zgârcit cu cunoștințele și cu timpul meu."
„Detest să dau mai mult decât merită."
„Destul de des, îmi vine greu să mă exprim exact și concis."

Ce se spune despre ei

„Este uneori negativistă și prea neîncrezătoare."
„Nu știi niciodată ce gândește."
„Întreabă-l pe Victor ce crede despre aceasta și, în plus, îi va face plăcere să-i ceri o informație despre..."
„Danièle este expertă în acest domeniu!"
„Françoise și-a trăit viața cu dragoste, umor, curaj, sensibilitate. A fost cea mai blândă și cea mai minunată prietenă."
„Jean are un umor caustic, dar posedă cunoștințe nemaipomenite!"
„Louise are o viziune specială asupra lucrurilor: de exemplu, ea poate să reacționeze la o insultă spunând că este o experiență foarte interesantă."

„Camille este un excelent colaborator, căruia îi poți încredința studierea a nenumărate probleme."

AT ***Stările Eului în Analiza Tranzacțională***

SE: Părinte Dominator (destul de des Critic); Adult; Copil Adaptat Supus sau Rebel (după împrejurări și uneori, Victimă)

DE: 1. Fii perfect. 2. Fii puternic

Personalități de tipul Cinci

R. M. Rilke, M. Rocard, Einstein, Sigmund Freud, Nietzsche, Jean-Paul Sartre, Buddha, F. Kafka, Krishnamurti, Miguel Indurain, V. Giscard d'Estaing, Patrick Poivre d'Arvor.

Personaje: actorul Sean Connery a jucat de mai multe ori roluri de tipul Cinci în „Numele Trandafirului", „Medicine Man", și chiar în rolul tatălui din „Indiana Jones", Daniel Auteuil.

Ce nu ar avea lumea dacă n-ar exista tipul Cinci

Persoanele de tipul Cinci sunt cele care aduc în această lume dovada importanței ***cunoștințelor*** bine folosite.

SINTEZA TIPULUI CINCI

către Integrare (Evoluție)	**forță principală** cunoașterea, precizia	⇑
+ aspectele pozitive ale tipului indicat de contra-săgeată: curaj, simplitate	**virtute:** detașarea	⇑
	mecanism de apărare: izolarea	
	prima atenție: ceea ce îi permite să rămână la distanță și să observe	
	compulsiune: să evite intruziunea și vidul interior	⇓
către Regres +	**tendința principală:** zgârcit cu cunoștințele și cu timpul său	
aspectele negative ale tipului indicat de săgeată: necumpătarea	**mândrie:** „eu știu, eu înțeleg"	
	orgoliu: „eu știu"	⇓

Ordinea centrilor:

Ce este important: să știe, să fie util, să fie „la curent".

Tipul ȘASE

Forța principală a tipului Șase este capacitatea de a fi **loial**

„Ah, ce bine m-aș simți dacă aș fi bine!"
W. Allen

„Teama este cea mai cumplită dintre tendințe,
pentru că primele ei efecte acționează asupra rațiunii;
ea paralizează inima și mintea".
Rivarol

„Mergând pe calea cea dreaptă, nimeni nu se poticnește".
Thomelin

Descrierea tipului Șase pune o problemă deosebită. Toți autorii sunt de acord că există două tipuri Șase: unul considerat *fobic* – termen din psihologia clasică – (înlocuiește acțiunea prin gândire, stă pe margine ca să nu-și înfrunte temerile, caută o autoritate); celălalt numit *anti-fobic* (care testează intențiile celorlalți, se opune sistematic, desfide autoritatea), dar cei mai mulți le descriu *caracteristicile* în același fel.

Copilăria și mecanismul de apărare

Copilăria tipului Șase a fost marcată de dificultatea de a înțelege sensul reacțiilor părinților săi. (Câteodată, acest lucru s-a întâmplat din cauza unei noi nașteri, care a provocat o schimbare de situație). Foarte curând, el a hotărât că este periculos să ai încredere în ceilalți. În consecință, el a început să caute cu impetuozitate siguranța (de unde și compulsiunea sa: să evite abaterea, devierea). Când toată lumea respectă regulile, el se simte în siguranță; în colectiv, era foarte atras de jocurile de genul „noi contra celorlalți", în cadrul cărora intra în echipa prietenilor de nădejde. Unele persoane de tipul Șase au devenit foarte anxioase pentru că au avut părinți dezechilibrați. În acest caz, se mai întâmplă ca ei „să preia" angoasele vreunui părinte hiperanxios.

Ca să se descurce, el a adoptat acel mecanism de apărare numit **proiectare**, adică acea tendință de a „proiecta" în mintea altora propriile temeri, propriile fantasme sau invenții (a se vedea Anexa III).
Jean îi spune lui Stéphane că acesta din urmă are intenții răuvoitoare în ceea ce îl privește.

@ **Prima atenție**

Ea se îndreaptă spre lucrurile care ar putea fi periculoase și amenințătoare.
Când Gaëtan intră în sala de ședințe, el reperează ieșirea de incendiu și în primul rând se străduiește să-i evite pe ceilalți.

Compulsiune: să evite devierea, trădarea.

Aceasta înseamnă: să evite „ceea ce nu se face" (conform normelor sale); de asemenea, își dă silința, mai ales, să nu fie trădat de cineva.

Ordinea centrilor

1. Centrul mental
2. și 3: conform aripei

Tendința principală: teama

Tipul Șase este o persoană anxioasă, care trăiește deseori cu o veșnică teamă.

Atunci când trebuie să se întâlnească cu persoane pe care nu le cunoaște, lui Germain i se face frică.
Când primește o nouă notă de serviciu, prima reacție a Alinei este: „Ce mi se va mai întâmpla acum?"

Motivații principale: SĂ FIE APRECIAT pentru cinstea sa.

Tipul Șase caută să fie în siguranță, caută să fie apreciat și aprobat, caută să testeze atitudinile celorlalți față de el, caută să-și învingă anxietatea și lipsa de siguranță.

♥ *Viața relațională*

Cheia relațiilor tipului Șase este îndoiala. El se îndoiește ușor de intențiile celor care îl înconjoară. Într-o relație intimă, îndoiala îl face să caute dovezi – prin definiție, niciodată satisfăcătoare – de fidelitate.
Tipul șase are tendința să se identifice cu problema relațională care există între el și ceilalți (proiectare).

Încearcă să controleze relația, fiind deosebit de atent cu partenerul, oferindu-i afecțiune, sexualitate. Aceasta îi permite să evite acele sentimente pe care celălalt i le provoacă, izvorul temerilor sale.
Este deseori liderul cauzelor pierdute.
Se simte bine într-o atitudine „noi contra lumii întregi" la care participă partenerul său.
Tipul Șase simte nevoia de a avea relații calme.
„Ce se ascunde în spatele acestui lucru? Ce gândești tu cu adevărat despre mine?" sunt întrebări care se află la originea neliniștilor sale.

Mesaje apreciate

Tipului Șase îi place:
– să ții seama de atenționările sale;
– să fie prevenit de intențiile celorlalți;
– să i se vorbească în mod sincer;
– să se simtă în siguranță;
– să fie invitat să verifice el însuși lucrul de care se îndoiește.

Mesaje care îi displac

El nu apreciază:
– să se vorbească „pe la spate";
– să fie antrenat în ceva neprevăzut;
– „să te joci" cu siguranța sa, cu regulile.

Relațiile cu celelalte tipuri

• **Cu tipurile de la Unu la Cinci:** a se vedea aceste tipuri.

• **Cu un alt tip Șase:** parteneriat „Noi împotriva celorlalți". Foarte solidari, riscă să creeze un zid între ei și ceilalți, între ei și lume. Risc: stagnare și reciprocitate în ceea ce privește îndoielile.

• **Cu un tip Șapte:** parteneriat „contra naturii" cu mari posibilități de evoluție, dacă fiecare acceptă să vadă cu adevărat calitățile celuilalt. Tipul Șase se poate transforma într-un scut de nădejde împotriva excceselor tipului Șapte, iar tipul Șapte poate să devină un izvor de optimism și veselie în viața prea ordonată a tipului Șase.

• **Cu un tip Opt:** parteneriat delicat. Tipul Șase riscă să afle repede că tipul Opt face prea multe și i se pare că este manipulator. Tipul Opt riscă să se simtă repede agasat de scrupulele și excesiva prudență a tipului Șase. Posibilitate de evoluție: dacă sunt de acord să devină complementari.

• **Cu un tip Nouă:** parteneriat fără complicații. Cei doi se înțeleg și se completează „în mod natural".
Risc: plictiseala ce apare în acest tip de parteneriat, pentru că lipsește ceva „picant"...

☞ Luarea de decizii

Tipului Șase îi este deosebit de greu să ia o decizie, pentru că el ar dori să aibă posibilitatea să examineze toate consecințele acesteia înainte de a se hotărî.

„Cum pot oare unii oameni să ia atât de rapid o hotărâre? Ei nu iau în considerație riscurile pe care le implică o astfel de atitudine?"

✳ Virtute: **curajul**

Când evoluează, tipul Șase își învinge tendința principală și curajul ia locul fricii.
Opt luni mai târziu, Germain se duce cu seninătate la recepția organizată de Maxime.

⏲ Cuvânt-cheie: **viitorul și să aibă timp**

Neliniștea în legătură cu ceea ce s-ar putea întâmpla (prin definiție, întotdeauna în viitor, chiar și apropiat) este atât de mare încât tipului Șase i-ar plăcea fără îndoială să aibă întotdeauna mai mult timp decât cel acordat, ca să se gândească la cea mai bună decizie pe care ar putea-o lua. După ce s-a hotărât, tipul Șase nu mai tergiversează lucrurile și aplică decizia cât mai bine.

Regresiv: iepure; evolutiv: căprior.

Descriere succintă a tipului Șase

Tipul Șase evoluat

În faza de evoluție, tipul Șase este capabil să se afirme, are încredere în el și în ceilalți. Cu toate că este independent, el manifestă un mai mare interes pentru compania egalilor săi. Este sociabil, interesant și plăcut, încercând chiar să cunoască reacțiile emoționale ale celorlalți.
Se implică și este loial cu oamenii pe care îi cunoaște. Acordă importanță relațiilor familiale și colegiale. În fine, este cunoscut ca o persoană fiabilă, responsabilă și demnă de încredere. Asimilează calitățile tipului Nouă (contra-săgeată).

Tipul Șase mediu
Înlocuiește acțiunea prin gândire. Deseori își imaginează cel mai rău scenariu posibil.
Acordă multă importanță persoanelor ce se bucură de prestigiu, a căror aprobare sau ale căror directive încearcă să le obțină (ca să li se opună, dacă este anti-fobic). Organizat, muncitor, deseori ambivalent, evaziv și prudent. Adoptă cu ușurință o părere preconceputăși este părtinitor. Poate de asemenea să adopte o atitudine contrară temerilor sale (în psihologia clasică, un astfel de comportament este numit anti-fobic), să devină autoritar, foarte partizan, judecându-l și considerându-l pe celălalt ca pe un țap ispășitor ca să-și compenseze temerile. Îi place să tergiverseze lucrurile (le amână pentru a doua zi, pe mai târziu) Destul de des, se teme de ceea ce alții numesc reușită. Foarte sceptic, se îndoiește cu ușurință de motivațiile celorlalți și încearcă să descopere care sunt adevăratele motivații. Se identifică totodată cu cauzele pierdute și devine „avocatul diavolului". Aceasta nu îl împiedică să dea dovadă de umor, dacă se prezintă ocazia. Dacă anti-fobicul poate să aibă o atitudine sfidătoare față de obligațiile familiale, profesionale și sociale, tipul Șase fobic este, dimpotrivă, loial și devotat.

Tipul Șase către regres
În faza regresivă, tipul Șase poate să devină foarte dependent, „ca un scai", desconsiderându-se, simțindu-se inferior.
Fiind foarte anxios, reacționează exagerat atunci când este neliniștit.
Asimilează aspectele negative ale tipului Trei (săgeată).

Tipul Șase către patologic
Tendințe masochiste.
DSM III: paranoic.

Caracteristici specifice tipului Șase

Faptul că există două posibilități de dezvoltare, „fobică" sau „anti-fobică", atrage după sine și două comportamente în opoziție unul cu celălalt.

Mathieu (fobic) este un poștaș excelent. Căsătorit, cu copii, el duce o viață cinstită, respectându-și angajamentele.
Bernard (anti-fobic) duce o viață de „rebel" permanent și din această cauză a avut mai multe accidente.

DIFICULTĂȚI MAJORE

Să fie obligat să ia o decizie într-un timp scurt, fără să fi avut posibilitatea să ia în considerare mai multe opțiuni posibile.
Tipului Șase îi vine greu să vadă limpede în el însuși din cauza gândurilor sale contradictorii și, în cele din urmă, ajunge să creadă că este prea critic cu el însuși.
Îi este frecvent teamă că va fi părăsit și că ceilalți „profită" de el.

Gânduri și cuvinte frecvente

„Sunt mereu cu ochii în patru de teama unui atac."
„Mă îndoiesc de multe ori."
„Îmi place să aleg calea de mijloc."
„De cele mai multe ori, îmi vine greu să fiu de partea autorităților, dar îmi place totuși ca regulile să fie clare."
„Cred că cei mai mulți oameni nu sunt prea conștienți de pericolele care ne amenință."
„Oamenii trăiesc uneori cum apucă și fac orice."
„Loialitatea față de cercurile cărora le aparțin este esențială pentru mine."
„Înainte de a lua o hotărâre trebuie să iei în considerare toate ipotezele."
„Deseori, am impresia că știu ce cred alții despre mine și dacă încearcă să mă manipuleze îmi dau seama foarte repede."
„Mi se încredințează destul de des treburi importante pe care le duc la bun sfârșit."
„Prudența este una dintre marile mele calități."
„Îmi plac situațiile limpezi."
„Adopt destul de des poziția de «avocat al diavolului» ca să verific sinceritatea interlocutorului meu."
„Nu îmi plac palavragii."

Ce se spune despre ei

„Jean-Pierre este un prieten de nădejde, loial, pe care poți conta întotdeauna. În plus, mie mi-a plăcut întotdeauna umorul lui."
„Își imaginează întotdeauna cele mai mari catastrofe."
„Este imposibil să plece în vacanță acceptând neprevăzutul."
„Doamna Bervilliers este o profesoară excelentă. Datorită amabilității ei, am învățat să lucrez corect."
„Émile este un colaborator excelent. Apreciez la el simțul lucrului bine făcut."

AT *Stările Eului în Analiza Tranzacțională*

SE: Părinte Dominator Critic; Adult; Copil Adaptat Supus (la fobic); Rebel (la anti-fobic) (deseori Victimă).
DE: 1. Fii puternic. 2. Fii perfect.

Personalități de tipul Șase

R. Redford, P. Beregovoy, C. Pasqua, Woody Allen (omul și rolurile sale), François Villon (anti-fobic), Marylin Monroe, Richard Nixon. Instalatorul de la Watergate, care spune că a mâncat un șobolan pentru că îi era frică de el (exemplu de reacție anti-fobică).
Personaj: Sherlock Holmes.

Ce nu ar avea lumea dacă n-ar exista tipul Șase

Atitudinea de prudență în fața pericolelor reale ale vieții se află la originea unor calități indispensabile pentru evoluția omenirii, ***curajul*** și ***loialitatea.***

SINTEZA TIPULUI ȘASE

către Integrare (Evoluție)	**forță principală** loialitatea	⇑
+		
aspectele pozitive ale tipului indicat de contra-săgeată: susținere, cauza dreaptă.	**virtute:** curajul	⇑
	mecanism de apărare: proiecția	
	prima atenție: se îndreaptă asupra amenințărilor, pericolelor reale sau imaginare.	
	compulsiune: să evite devierea, trădarea	⇓
către Regres	**tendința principală:** teama	
+		
aspectele negative ale tipului indicat de săgeată: înșelătoria	**mândrie:** „sunt loial, îmi fac datoria."	
	orgoliu: „sunt loial"	⇓

Ordinea centrilor: depinde de persoană

Ce este important: să fie pregătit pentru orice eventualitate, capabil să supraviețuiască prin el însuși, să fie apreciat pentru cinstea sa.

Tipul ȘAPTE

Forța principală a tipului Șapte este capacitatea sa de a fi optimist, **bucuria de a trăi**

„Viața este prea scurtă ca să o iei în serios."
G. B. Shaw

„Tot ce nu-ți place, tot ce nu apreciezi nu reprezintă decât o pierdere pentru tine!"
Adrien Loos

„Prea înțelept pentru a fi nebun, prea nebun pentru a fi înțelept".
Lucien Gerke

„Grăbiți-vă să cedați ispitei înainte ca ea să se îndepărteze".
Epicur

„Carpe diem" (Trăiește clipa)
Horațiu

Copilăria și mecanismul de apărare

În copilărie, tipul Șapte a avut destule momente fericite, dar, ca orice om, a avut și momente de spaimă (când s-a simțit pierdut, când s-a accidentat, când i-a fost rău din punct de vedere fizic), de unde și compulsiunea sa: *să evite suferința și izolarea.*

A fost adesea un copil atras de călătorii și aventuri. Plăcându-i mai degrabă compania decât singurătatea, el căuta adesea să găsească ceva stimulator în lucrurile care îl înconjurau. De timpuriu, copilul a început să viseze la libertatea de care se va bucura când va fi mare.

Ca să se descurce, a început să-și folosească rațiunea ca să se liniștească. Mecanismul său de apărare: **raționalizarea** (a se vedea Anexa III).

Vanesa își spune că afirmația lui Raymond („Dacă continui așa, nu voi mai pleca în vacanță cu tine") nu este gravă, că el își va schimba probabil părerea, pentru că medicul l-a sfătuit să meargă să se odihnească la munte.

@ Prima atenție

Ea se îndreaptă spre lucruri care îi permit să trăiască senzații agreabile, să-și diversifice alegerile, să facă planuri, precum și asociații mentale plăcute.

Când Roland intră în sala de ședințe, el spune o glumă ca să destindă atmosfera.

Compulsiune: să evite izolarea (S), suferința (C).

Aceasta înseamnă că tipul Șapte se va strădui să evite orice neplăcere, și în special să nu fie încolțit fizic și mai ales psihic.

Ordinea centrilor

1. Centrul mental
2. Centrul instinctiv
3. Centrul emoțional

Tendința principală: necumpătarea (C), aviditatea-lăcomia (P)

Tipul Șapte încearcă să evite cât mai mult posibil suferința și izolarea. Este avid de plăceri. Aceasta o numim necumpătare.

Aliciei nu îi place să fie constrânsă atunci când e vorba de alegerile ei. În seara în care prietenul ei o obligă să aleagă un loc unde să-și petreacă vacanța, ea mănâncă vreo zece tartine.

Motivații principale: **SĂ FIE APRECIAT** pentru bucuria sa de a trăi.

El se străduiește să fie fericit, să se amuze, să aibă „de toate" și din ce în ce mai mult, ca să scape de anxietate și de suferință.

♥ *Viața relațională*

Gustul foarte pronunțat al tipului Șapte pentru diversitatea activităților în care se angajează și pentru multitudinea intereselor sale îi influențează în mare măsură relațiile. Viața sa este o goană permanentă după plăceri și stimulente și din această cauză compania sa va fi foarte plăcută pentru unii sau invers, pentru cei serioși, pentru cei care muncesc din greu, pentru marii sensibili, care vor avea impresia că el nu ține seama de punctul lor de vedere. Această căutare cu orice preț a plăcerilor îi va crea dificultăți în domeniul relațiilor din două motive principale: tipului Șapte nu îi place nici să abordeze problemele de viață, nici să se implice.

Necumpătarea se manifestă în relațiile intime printr-o tendință către fascinație; prin neacceptarea limitelor în relațiile din mediul său social. Tipul Șapte este adesea agreabil cu cei care îl „urmează". Dacă el este criticat, dacă cineva i se opune, armele sale sunt deseori batjocura, ironia sau nepăsarea.
Pus în fața unor sentimente negative, el va încerca o diversiune: „dacă am face altceva?"
Gustul pentru plăcerile polimorfe face din el un partener sexual agreabil.

Mesaje apreciate

Tipului Șapte îi place:
– să fie lăsat să ia el inițiativa (în viața particulară, ca și în viața profesională);
– să mergi drept la țintă;
– să te intereseze ceea ce face el;
– să-l lași să spună glume.

Mesaje care îi displac

El nu apreciază:
– să-i vorbești pe un ton grav sau plângăreț;
– „să te ții scai de el";
– să îi impui o activitate repetitivă.

Relațiile cu celelalte tipuri

• **Cu tipurile de la Unu la Șase:** a se vedea aceste tipuri.

• **Cu un alt tip Șapte:** parteneriat bazat pe nepăsare. Complici, ei pot avea mari dificultăți în administrarea bugetului lor, pot da faliment, pot avea de-a face cu executorii judecătorești... De asemenea, în viața de cuplu trebuie să-și tolereze reciproc independența.

• **Cu un tip Opt:** parteneriat furtunos. Stima pe care o au pentru libertate poate să fie în același timp premisa unui succes sau a unui eșec.

• **Cu un tip Nouă:** parteneriat bipolar. Unul caută uraganul, celălalt pacea. Dacă se orientează spre aspectele pozitive ale vieții, ei pot reuși să evolueze îmbogățindu-se prin diferențele lor.

Luarea de decizii

Prin definiție, tipului Șapte nu-i place să ia hotărâri, pentru că decizia pe care o va lua îl va conduce într-o „singură" direcție, limitându-i astfel evantaiul opțiunilor.

„Nu-mi place să fiu obligat să aleg, pentru că astfel pierd chiar posibilitatea alegerii!"

✳ Virtute: **sobrietatea**

În faza de evoluție, tipul Șapte își învinge tendința principală și poate să devină cumpătat.
Anul următor, într-o seară asemănătoare, Alicia va accepta să facă o alegere, în timp ce va mânca doar două sau trei tartine.

⏱ Cuvânt-cheie: **neprevăzutul**

De fiecare dată când o hotărâre este luată, neprevăzutul încetează să mai devină posibil. Or, tocmai neprevăzutul îi oferă tipului Șapte senzațiile excitante la care ține atât de mult.

Regresiv: maimuță; evolutiv: fluture.

Descriere succintă a tipului Șapte

Tipul Șapte evoluat

În faza de integrare, tipul Șapte apreciază și gustă bucuriile vieții. Este deseori vesel, prevenitor și amuzant. Și, de fiecare dată când poate, practică extazul. Entuziast și vioi, el acționează cu responsabilitate, știind să ducă lucrurile la bun sfârșit. De asemenea, în mod frecvent, își dezvoltă multiple talente.
Asimilează calitățile tipului Cinci.

Tipul Șapte mediu

Profitor, amuzându-se în mod constant de noi experiențe și descoperiri. Precipitat, hiperactiv (deseori, în prea multe domenii în același timp), este un individ extravertit, adesea diletant. Cultivă plăcerile, îndeosebi pe cele ale minții (în special, făcând planuri...) Îi vine greu să aleagă, deoarece crede că este mult mai important să aibă o multitudine de opțiuni. Este extrem de capabil să inițieze contacte. Farmecă și dezarmează – deseori, este narcisist. Se supără dacă te îndoiești de el. Atașat de lucrurile materiale, încearcă să acumuleze cât mai multe cu putință, până la exces. Se străduiește să-și conserve energia. (Dacă vrea, el poate pleca în toiul unei petreceri). Îi place uneori să tergiverseze lucrurile. Înainte de toate, se ocupă de el însuși. E posibil chiar să se păcălească singur, ca să-și păstreze părerea bună pe care o are despre el.
Înlocuiește lucrurile penibile prin diverse strategii de rezervă: conversații, planificare, imaginație.

Îi uimește pe ceilalți prin ceea ce aceștia numesc narcisismul său și îndrăzneala sa de a cere.

Tipul Șapte către regres
În faza regresivă, tipul Șapte devine dornic de întrecere și agresiv atunci când ceilalți își doresc aceleași lucruri ca și el. În această situație, devine impulsiv, sau copilăros sau chiar odios, neștiind când să se oprească. Poate să devină necontrolat și excesiv în toate domeniile (lacom, vicios).
Asimilează aspectele negative ale tipului Unu (săgeată).

Tipul Șapte către patologic
Drogat, maniaco-depresiv.
DSM III: narcisist.

DIFICULTĂȚI MAJORE

Să nu dispună de timp suficient ca să facă ce vrea.
Se judecă negativ pentru că, prin forța împrejurărilor, nu termină ceea ce a început.
Se simte destul de des „strâmtorat" într-o relație.
Nu prea are răbdare să-i asculte pe ceilalți și la fel de greu îi vine să povestească ceva fără să exagereze.
Îi vine greu să renunțe la mai multe opțiuni (în viața personală, ca și în cea profesională).

Gânduri și cuvinte frecvente

„Nu există multe lucruri pe care să nu le poți transforma în plăceri."
„Viața este plină de desfătări pe care trebuie să le apreciezi."
„Am amintiri frumoase din copilărie."
„Când oamenii încearcă să mă necăjească, mă gândesc la ce îi îndeamnă să acționeze astfel și, când am aflat, mă simt liniștit."
„Îmi place să mă distrez de câte ori am ocazia."
„Sunt capabil să-i ajut pe ceilalți."
„Mă simt bine adesea într-un grup, dar, din cauza spontaneității mele, încasez uneori multe lovituri."
„Îmi place să mă gândesc la semnificația cosmică și universală a lucrurilor."
„Lucrurile bune reprezintă adesea o bună consolare în fața obstacolelor din viață."
„Mă interesează mai puțin să fiu expert într-un domeniu, mie îmi place să trăiesc cât mai multe experiențe."

„Pentru mine, contează să pot alege fără să mă hotărăsc prea repede."
„Suport cu greu rutina."
„Îmi place să glumesc, să mă distrez."
„Ador să plec la întâmplare, încotro văd cu ochii."

Ce se spune despre ei

„Lucien G. este un epicurian, capabil să se bucure de toate și de nimic. A fost o întâmplare fericită și o mare bucurie să mă număr printre prietenii săi."
„Îmi place ce povestește."
„Roland T. este un manager excelent, care știe să creeze o ambianță plăcută în jurul său."
„Nu este atât de bănuitoare ca mulți alți oameni."
„Ce este «bun» nu este niciodată îndeajuns pentru el."
„Laure creează întotdeauna bună dispoziție într-un grup de prieteni."
„Antoine este un colaborator excelent."
„Adesea, începe mai multe lucruri dintr-o dată, fără să le termine neapărat pe toate."
„Este o femeie încântătoare."

AT *Stările Eului în Analiza Tranzacțională*

SE: Părinte Protector (mai ales pentru el însuși); Adult; Copil Liber.
DE: 1. Fă (-mi) plăcere. 2. Fii puternic.

Personalități de tipul Șapte

Louis Armstrong, Michel Galabru, Arthur Rubinstein, Peter Ustinov, John Belushi, Peter Pan, Groucho Marx, Rajneesh, P. Perret.
Personaj: profesorul din „Cercul poeților dispăruți".

Ce nu ar avea lumea dacă n-ar exista tipul Șapte

Tipul Șapte aduce lumii calități esențiale pentru supraviețuirea ei și pentru menținerea speranței lor: ***bucuria de a trăi*** și ***optimismul.***

SINTEZA TIPULUI ȘAPTE

către Integrare (Evoluție)

+

aspectele pozitive ale tipului indicat de contra-săgeată: cunoaștere, detașare

forță principală: bucuria de a trăi, optimismul ⇑

virtute: sobrietatea ⇑

mecanism de apărare: raționalizarea

prima atenție: să caute ocaziile care îi oferă senzații plăcute (mentale și fizice)

compulsiune: evitarea suferinței, a izolării ⇓

către Regres

+

aspectele negative ale tipului indicat de săgeată: mânia

tendința principală: necumpătarea, lăcomia

mândrie: „sunt optimist, sunt fericit"

orgoliu: „sunt plăcut" ⇓

Ordinea centrilor:

Ce este important: să poată alege, să fie apreciat pentru bucuria sa de a trăi.

BCU IAȘI / CENTRUL UNIVERSITAR IBRARY

Diverse documente

Despre Eneagrama lui Iisus

Iisus, „prototipul" omului împlinit (expresia aparține părintelui Biondi), este ființa completă prin excelență. Se pare că există cel puțin două studii despre legătura dintre Eneagramă și Evanghelii. Evident, în această carte nu veți găsi decât recenzia unei lucrări mai complete. Am făcut aceasta pentru că lucrarea Mariei Beesing, al lui Robert Nogosek și Patrick O'Leary* este interesantă, în special, prin faptul că subliniază modul în care a evitat Iisus „capcana" legată de fiecare virtute, de fiecare forță.

Unu

În mod evident, *„idealismul"* (realist) al lui Iisus corespunde virtuților și talentelor tipului Unu.

„Marea lor străduință de a fi perfecți" îi face pe cei de tipul Unu să fie prea exigenți, prea intoleranți.

Realismul lui Iisus constă în *„a-i accepta pe oameni așa cum sunt"*, dar propunându-le în același timp un ideal de iubire.

Doi

Este tot atât de evidentă importanța *„iubirii"*, care corespunde virtuților și forței tipului Doi.

Dar persoanele de tip Doi, înainte de toate, vor să câștige ei dragostea celorlalți, în timp ce Iisus își oferă în dar iubirea fără să aștepte ca ea să fie neapărat reciprocă.

Pentru El, *„fiecare om este demn de dragoste pentru ceea ce este și nu pentru ceea ce face"*.

Trei

Ceea ce corespunde incontestabil virtuții și forței tipului Trei este faptul că *„Iisus lucrează pentru a-și împlini"* opera.

Dar tipul Trei trebuie să descopere că el lucrează în primul rând ca să fie acceptat de ceilalți. În această privință se deosebește Iisus, care acceptă și riscul unui eșec – pentru că *„moartea sa a fost dovada refuzului său de a-și sacrifica valorile în favoarea dorinței de a-și vedea acceptată opera, cu orice preț, de către ceilalți"*.

---

* A se vedea bibliografia.

Patru

Este evident că „marea sensibilitate" a lui Iisus corespunde echilibrului sufletesc, care este virtutea tipului Patru.

Dar, deși este copleșit de necazuri, El nu se înduioșează niciodată de propria-i soartă, această mare tentație de melancolie care sălășluiește în tipul Patru.

Cinci

Iisus are o atitudine dreaptă față de cunoaștere și gândire, luminată de înțelepciune. O înțelepciune care nu cade în capcana abstractizării și a avariției față de cunoștințele sale, atât de frecventă la tipul Cinci.

„Iisus nu are nimic din gânditorul distant și vanitos. Este un gânditor căruia îi pasă de ceilalți".

Șase

Atitudinea lui Iisus față de reprezentanții legii scoate în evidență capcana tipului Șase, adică *„auto-justificarea"* celor care cred că Dumnezeu îi apără și îi binecuvântează doar pentru că respectă textele legii, fără să existe însă *„fapta plină de iubire și riscurile inerente acestui sentiment superior".*

Șapte

Iisus este un om optimist pe care *„adversarii săi îl acuză că îi place vinul bun, că îi place să petreacă unele clipe în compania prietenilor săi, fiind deci opusul profetului ascet". De asemenea, Iisus ne învață că „nu trebuie să te străduiești cu orice preț să eviți suferința"*, ci că suferința acceptată este *„un mod de a le dărui celorlalți".*

Opt

Iisus este *„un om puternic, care nu se teme să-i înfrunte pe vânzătorii din templu, pe farisei, dar El rămâne vulnerabil"*, evitând astfel să cadă în capcana înfumurării care îl lasă descoperit pe orice om puternic.

Și cât de mare trebuie să fie curajul acelui om care acceptă să fie dat morții din devotament pentru credința sa...

Nouă

În fine, există oare vreun om mai răbdător și mai conciliant ca fiul dulgherului din Nazaret? Dar răbdarea sa nu are nimic comun cu lenea, capcana care îl amenință pe tipul Nouă pe cale de evoluție. Iisus definește misiunea divină a tipului Nouă *„lăsându-ne să descoperim că nimic nu este mai important decât comuniunea dintre oameni".*

Denumiri delicate

Eu m-am hotărât să fiu de partea acelora care acceptă o atitudine prudentă față de „substantivele" comune alese de unii autori pentru a denumi aceste tipuri. Aceasta este și atitudinea Institutului de Eneagramă din Franța, care preferă cifrele în locul denumirilor nominative, ce riscă să influențeze prea mult percepțiile noastre despre fiecare tip. Într-adevăr, folosirea unor cuvinte cum ar fi „*conducător*", „*câștigător*" sau „*solitar*" este contrară descoperirii *lipsite de prejudecăți* a tipurilor. Pe de altă parte, aceste substantive au o conotație foarte puternică, gen „sfârșit de secol XX", făcându-le cu greu compatibile cu personajele istorice anterioare...

Totuși, pentru informarea voastră, iată denumirile date de autorii care au preferat să aleagă altceva.

Tipul Unu

Helen Palmer, R. Baron-E. Wagele	Perfecționistul
Institutul de Eneagramă din New York	Reformistul
R. Riso	Reformistul
Hurley-Dobson	Învingătorul
Rika Zaraï	Perfecționistul

Tipul Doi

Helen Palmer, R. Baron-E. Wagele	Altruistul
Institutul de Eneagramă din New York	Susținătorul
R. Riso	Salvatorul
Hurley-Dobson	Salvatorul
Rika Zaraï	Afectivul

Tipul Trei

Helen Palmer, R. Baron-E. Wagele	Bătăiosul
Institutul de Eneagramă din New York	Bătăiosul
R. Riso	Cel care caută statutul
Hurley-Dobson	Cel care reușește
Rika Zaraï	Câștigătorul

Tipul Patru

Helen Palmer, R. Baron-E. Wagele	Tragico-romanticul
Institutul de Eneagramă din New York	Creativul
R. Riso	Artistul
Hurley-Dobson	Individualistul
Rika Zaraï	Romanticul

Tipul Cinci	
Helen Palmer, R. Baron-E. Wagele	Observatorul
Institutul de Eneagramă din New York	Gânditorul
R. Riso	Gânditorul
Hurley-Dobson	Observatorul
Rika Zaraï	Solitarul
Tipul Șase	
Helen Palmer, R. Baron-E. Wagele	Loialul
Institutul de Eneagramă din New York	Loialul
R. Riso	Loialul
Hurley-Dobson	Gardianul
Rika Zaraï	Anxiosul
Tipul Șapte	
Helen Palmer, R. Baron-E. Wagele	Epicurianul
Institutul de Eneagramă din New York	Curiosul
R. Riso	Generalistul
Hurley-Dobson	Visătorul
Rika Zaraï	Spontanul
Tipul Opt	
Helen Palmer, R. Baron-E. Wagele	Șeful
Institutul de Eneagramă din New York	Liderul
R. Riso	Liderul
Hurley-Dobson	Confruntativul
Rika Zaraï	Conducătorul
Tipul Nouă	
Helen Palmer, R. Baron-E. Wagele	Mediatorul
Institutul de Eneagramă din New York	Mediatorul
R. Riso	Pacificatorul
Hurley-Dobson	Apărătorul
Rika Zaraï	Conciliantul

Repartiția celor nouă tipuri

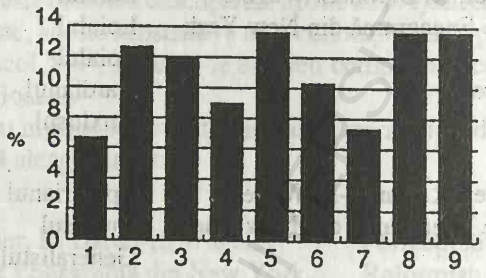
Întrucât în țările occidentale nu s-au elaborat studii asupra Eneagramei, noi nu dispunem, deocamdată, decât de o analiză făcută în Germania, în 1991, de Marcus Becker.

Pentru celelalte țări, ele nu prezintă decât o importanță convențională.

REPARTIȚIA STATISTICĂ A CELOR 9 TIPURI DIN ENEAGRAMĂ

Marcus Becker a realizat, în 1991, în Germania, un studiu statistic despre repartiția populației în diferite tipuri; el a ajuns la următoarele rezultate, care, deși nu se pot aplica și altor țări sau altor epoci, sunt interesante.

Repartiția tipurilor
(Germania, 1991, Marcus Becker)



© Copyright Institut Français de l'Ennéagramme ®, Paris, 1993.

BCU IAȘI / CENTRAL UNIVERSITY LIBRARY

PARTEA a V-a

APLICAȚII

Despre utilizarea corectă a Eneagramei

Cred că am insistat deja asupra pericolului de a transforma Eneagrama într-un instrument pentru „judecarea" contemporanilor noștri.

„Séverin este un Șase și Jacqueline un Doi.
Cred că, în calitatea mea de Cinci, îmi va fi greu să mă înțeleg cu ei".

Trebuie să spun – și să repet – **pentru noi înșine!**

Eneagrama este, înainte de toate, un instrument de cunoaștere de sine și de dezvoltare personală.

Iar **în raport cu ceilalți:**

un instrument important de compasiune.

O bună metodă pentru facilitarea conștientizării propriului tip de personalitate poate consta în aplicarea următorului program.

1

Poate că lectura cărții v-a ajutat deja să vă faceți o idee despre tipul căruia îi aparțineți.
Dacă așa stau lucrurile, puteți să încercați acum să vă definiți aripile (sau aripa) personalității voastre, recitind descrierile celor două tipuri vecine cu al vostru. (Atenție! Amintiți-vă că mulți oameni nu au decât o singură aripă întreaga viață și că aceasta s-a fixat în general între 18 și 40 de ani!)
Dacă lucrurile nu stau așa...
Nu vă neliniștiți: pur și simplu, ca marea majoritate a oamenilor, nu sunteți prea obișnuiți să vă auto-observați.
Anumitor persoane le vine greu să-și recunoască tipul. Iată de ce este foarte important să ținem seama de ansamblul elementelor care le definesc: prima atenție, compulsiunea, tendința principală, mecanismul

de apărare, virtutea și forța principală, tipul de regres, tipul de integrare, aripa sau aripile.
În acest caz, vă invit să vă folosiți imaginația (toți oamenii au imaginație, desigur!) și să procedați în felul următor:

Fiți amabili cu voi înșivă! Acordați-vă un răgaz!

• Alegeți-vă un moment și un loc unde să aveți, așa cum spun americanii, un *„Meeting with myself"* (o „întâlnire cu mine însumi"), iar acolo, gândiți-vă ce indicații generale și ce indicații speciale ar trebui să dați unor oameni de știință care ar fi însărcinați cu programarea unei clone a personalității voastre.

• Spre ce anume ar trebui să-și orienteze eforturile?

• Cum ar trebui organizate programele: „Ce este cel mai important?", „Ce trebuie să evite cu orice preț?", „Cu ce anume ar trebui să fie deosebit de atenți?"

Trebuie să știți că unii specialiști în Eneagramă au avut nevoie de aproape un an ca să fie „siguri" că aparțin tipului lor!

Ascultați modul în care oamenii se descriu pe ei înșiși și observați aspectele care vă deosebesc!
Pe cei mai buni prieteni – dar numai pe cei mai buni! – îndrăzniți să-i întrebați ce vă caracterizează cel mai mult!
Explicați-le că fiecare om are o „compulsiune" (un lucru pe care nu se poate împiedica să nu-l facă) și întrebați-i care este, după părerea lor, lucrul acesta în ceea ce vă privește! Oferiți-le această carte și cădeți de acord să discutați această problemă.

Gândiți-vă, de asemenea, la acele persoane care nu vă seamănă și întrebați-vă care sunt – cu exactitate – aspectele care vă deosebesc: „Ce face el, dar eu nu aș face niciodată sau poate rareori?" Dacă vă este în continuare greu să vă găsiți tipul, procedați prin eliminare: căror tipuri nu le aparțineți? Astfel, veți restrânge, progresiv, aria posibilităților.
Perfecționați-vă capacitatea de observație, folosiți din plin filmele și serialele T.V. ca pe un mijloc de a o cizela.

Atenție! A observa nu înseamnă a judeca!
Cu cât veți reuși să-i observați pe cei pe care îi întâlniți, aidoma unui savant care observă mișcarea insectelor într-un borcan, cu atât mai mult

vă veți desprinde de miile de prejudecăți, de opiniile simplificatoare pe care le aveți despre voi înșivă și despre ceilalți.
Deși pare curios, acest lucru mai prezintă încă un aspect pozitiv: el modifică modul vostru de a comunica, fapt ce va fi cu siguranță apreciat de anturajul vostru (Gândiți-vă! Psihologii au constatat că 75% din schimburile de replici dintre oameni sunt judecăți!)

De asemenea, trebuie să evitați aceste capcane care ne amenință pe toți:

• „Să credeți că v-ați găsit tipul, pentru că ați găsit „o" caracteristică importantă (uneori, este de ajuns, alteori nu.)

De exemplu, dacă ați citit la caracteristicile vieții relaționale că tipul Nouă se ocupă adesea de contabilitatea familiei, nu trebuie să deduceți că sunteți un Nouă pentru că și voi faceți același lucru. Ce contează mai mult pentru un Nouă este să înțeleagă că acest gen de activitate are o funcție: să evite angajarea profundă, de teamă să nu fie atras în vreun conflict.
Dacă citiți la caracteristicile vieții relaționale că tipul Unu se străduiește „să aibă dreptate" și dacă vi se întâmplă deseori să procedați și voi astfel – ca toată lumea – aceasta nu înseamnă că sunteți neapărat de tipul Unu.

• Să credeți că este absolut necesară prezența celor douăzeci de puncte care apar în fiecare fișă descriptivă a unui tip. Anumite tipuri prezintă mai multe puncte comune (în acest moment, trebuie să ne amintim faptul că tipul nostru are caracteristici care domină net în personalitatea noastră)

• În fine, nu uitați să luați în considerare *ascensorul* (v. pag. 44). Încercați să luați în considerare viața voastră în ansamblul ei, nu numai perioada actuală. De asemenea, veți profita foarte mult dacă veți participa la un grup de formare în spiritul Eneagramei, condus de un practician conștiincios.

• În fine, să nu pierdeți din vedere că utilizați, fără îndoială cu bună știință, „sistemele de rezolvare a problemelor pe care le aveți cu ceilalți" – compulsiunea și tendința voastră principală – și că nu trebuie neapărat să vă debarasați de ele! (a se vedea în continuare).

2

Citiți acum capitolul consacrat Evoluției.

Evoluția personală

„Tu nu ești nici copilul care ai fost,
nici bătrânul care vei deveni".
Nagasema

„Cunoaște-te pe tine însuți și vei
cunoaște Universul și zeii".
Socrate

Evoluția „obișnuită" și evoluția pe care am ales-o

Să ne reamintim: pentru G. I. Gurdjieff – una dintre figurile marcante, ce se numără printre promotorii Eneagramei – *„omul desăvârșit nu există"*. El mai spunea: *„Un creștin, un musulman, un budist trebuie* [mai întâi] *să fie. A fi înseamnă a fi stăpân pe sine. Dacă un om nu este propriul său stăpân, el nu are nimic și nu poate avea nimic"*.
Să fii propriul tău stăpân înseamnă *să-ți aparții*, înseamnă *să trăiești*. Să trăiești – deci, am putea spune: să fii viu – adică să evoluezi. Nici o ființă omenească nu se abate de la această regulă.
De ce spunem „nu se abate?"
Fiindcă eu cred că este foarte important să conștientizăm faptul că toți oamenii evoluează.
Sunteți astăzi același care ați fost acum 30 de ani? acum 10 ani? 5 ani? un an, trei luni, trei zile?
Sigur că nu. Nici măcar astăzi nu mai sunteți același om, din clipa în care ați început să citiți această carte și până în momentul în care citiți aceste rânduri (cel puțin, eu, ca autor al cărții, sper acest lucru!).
Dar aceste evoluții au fost oare dorite de voi înșivă, sunt ele rezultatul unei adevărate alegeri?
Atenție la răspunsul pe care îl dați! Concepția pe care o aveți despre propria libertate depinde de acest răspuns!
Dar ce importanță mai are!
Ați înțeles că există persoane care se lasă duse de evenimente (este ***„evoluția obișnuită"***) și altele care își aleg modul și calea de evoluție (este ***„evoluția aleasă"***).

Chiar dacă toate acestea sunt lucruri noi pentru voi și chiar dacă v-ați dat seama că doriți să aparțineți celei de a doua categorii, bine ați venit în rândurile oamenilor „evoluați". Fiindcă, oricum, eu **nu cunosc pe nimeni care să fi ales de bună voie să regreseze!!!**

Să vedem acum ce ne învață Eneagrama, în calitate de metodă de evoluție personală.

Ne permitem să spunem că, pentru fiecare tip, progresul, adică evoluția personală, corespunde gradului de detașare de influența fundamentală a compulsiunii și de tendința principală. Cu cât un individ „se închide" mai mult în sine (regres), cu atât mai puțin poate să aleagă.
Compulsiunea poate fi comparată cu „o capcană" în care cădem cu ușurință și care este o piedică în calea evoluției noastre. *„Ușor de zis, greu de făcut!"* îmi spune cititorul meu imaginar. Eu răspund: *„Aveți perfectă dreptate!"*, dar cred că Alexandre Loewen are tot atâta dreptate când afirmă că:

Fericirea înseamnă să simți că evoluezi.

Dacă acest obiectiv – acest scop – vă interesează – și m-ar mira să doriți contrariul, dacă ați citit cartea până aici, – vă aduc la cunoștință faptul că formatorii în spiritul Eneagramei vă invită să aplicați următorul program.

În primul rând, trebuie să știți că nu se LUPTĂ împotriva propriei compulsiuni – se acționează nuanțat, în funcție de împrejurări. (Lupta împotriva ei poate avea uneori un efect contrar, de întărire).

Primul Pas – Observarea
Nu suntem conștienți de modul în care se petrec toate lucrurile importante pentru noi. Din fericire pentru noi, nu ne dăm seama cum procedăm ca să ducem un picior înainte, apoi celălalt, ca să putem merge, fără să riscăm să cădem.
Pe calea dezvoltării sale către inteligență, omul a încercat să facă multe lucruri „în mod automat", cum ar fi mersul, adică în mod inconștient. Acesta este avantajul a tot ce este inconștient. Dar, din păcate, omul a făcut același lucru și cu gândurile și sentimentele sale. Iar această ultimă situație nu mai reprezintă un câștig pentru el.
Gurdjieff vorbea despre interesul de a activa o potențialitate pe care nu toți oamenii o folosesc întotdeauna cu bună știință. El își încuraja „elevii" să cultive ceea ce numea ***observatorul interior***, adică să fie atenți la gândurile care le treceau prin minte, la modul în care reacționau pe plan emoțional. Chiar dacă nu veți reuși de prima dată, o bună

metodă ar fi aceea de a vă retrage într-un loc discret și confortabil, unde să derulați „filmul" zilei respective.

Al Doilea Pas – Înțelegerea
Procedând astfel, încercați să descoperiți miile de „mini-decizii" pe care le-ați luat de-a lungul unei zile (alegerea itinerarului, lucrurile și persoanele pe care le-ați evitat, modul în care ați abordat o anumită persoană, apoi pe alta).
Întrebați-vă dacă fiecare acțiune este o alegere cu adevărat liberă sau dacă nu cumva a fost influențată de compulsiunea voastră. Procedați în același fel și atunci când vă gândiți la marile etape ale vieții voastre (alegerea profesiei, a partenerului, a distracțiilor etc.)

A Treia Etapă – Acceptarea
Este important să acceptăm cu seninătate să înțelegem cât de mult ne-a condus viața, până în prezent, propria noastră compulsiune.
A evolua înseamnă a ne elibera de toate servituțile care ne-au însoțit până acum.

A Patra Etapă – Schimbarea
După ce am depășit primele trei etape, este posibil să facem să înceteze dependența față de compulsiunea noastră chiar în momentul apariției ei, fiind în același timp atenți dacă nu cumva această stopare bruscă nu comportă vreun risc, pentru noi sau pentru ceilalți.
La început este suficient să o stopați. Veți reflecta la timpul pierdut, la diferitele alegeri pe care le-ați fi putut face. După aceea, străduiți-vă să vă dezvoltați al doilea centru, amintindu-vă că el nu este inexistent, ci, pur și simplu, mai mult sau mai puțin „adormit". Încercați apoi să vă dezvoltați în mod sistematic virtutea, acomodându-vă cu cea a tipului vostru de integrare-evoluție, adică cea pe care o folosiți deja adesea, atunci când totul este în ordine, conform contra-săgeților (v. pag. 60).
Pentru ca ucenicia voastră să fie eficientă, este de dorit să fiți discreți. Veți profita mult mai mult dacă veți fi discreți în legătură cu victoria evoluției voastre decât dacă vă veți confesa tuturor.

A Cincea Etapă – Transcendența
Abia după ce a trecut de aceste etape, o persoană își învinge „falsa personalitate" și poate să înceapă să atingă nivelul transpersonal (după F. și P. Chabreuil*).

---

* A se vedea bibliografia.

În fine, să luăm în considerare faptul că:

Evoluția personală înseamnă reducerea „spațiului" dintre cei trei centri ai noștri, re-explorarea și re-integrarea celor nouă forțe care coabitează în noi.
Și, în fine, ea înseamnă dezvoltarea compasiunii.

„Trebuie să dăruim beneficiile, nu capitalul;
muzica, nu vioara"
O. M. Aïvanhov

Cu cât un individ se deschide mai mult către lume, către ceilalți, cu atât mai mult dispune de forța celor nouă baze ale sale.
Aceasta înseamnă ca, într-un anume fel, să transformăm „plumbul" în „aurul" vechii alchimii.
Cu cât un individ reușește să-și dea mai bine seama în ce stadiu se află (compulsiune, pasiune sau virtute), cu atât devine mai sensibil la propriile forțe adormite, mai capabil de o adevărată înțelegere (resimțită, nu numai gândită sau voită), de o adevărată compasiune față de celălalt.

„Atunci când teama voastră se întâlnește cu
suferința celuilalt, ea devine milă;
atunci când iubirea voastră se întâlnește cu
suferința altuia, ea devine compasiune"
Stephen Levine

Repere

După cum am arătat în prima parte a cărții, un individ începe prin a fi *esență*. Dar, în momentul în care începe să reacționeze față de anturajul său (care, vă reamintesc, poate să-l primească cu mai multă sau mai puțină dragoste, cu mai multă sau mai puțină ostilitate), el își va crea „personalitatea" pe care și-o va construi conform primelor mecanisme de apărare și a compulsiunii sale, fixându-și astfel tipul de bază.
El se va forma treptat, până la sfârșitul adolescenței (în jur de 18 ani). Începând de la această vârstă, fiecare individ își va dezvolta *o aripă*, al cărei sens va depinde de personalitatea subiectului. După 40 de ani, este posibil (dar nu obligatoriu) ca o persoană să-și dezvolte și o a doua aripă.

„Cât de frumoasă este diversitatea omenească!"
R. de Lassus

Despre dezvoltarea spirituală

„Singura noastră libertate adevărată constă în descoperirea și deblocarea realității spirituale care există în noi".
Sri Aurobindo

Dezvoltarea spirituală pe care o permite, printre altele, Eneagrama vizează evoluția de la *adormitul* pasionat și compulsiv – care zace în persoana noastră – la *vigilentul*, la cel ce însuflețește – co-creatorul perfect – din esența noastră. Ea cuprinde trei centri superiori: un centru mental superior, un centru emotiv superior și un centru instinctiv superior. Raporturile existente între Eneagramă și dezvoltarea spirituală a fiecărui individ depășesc cadrul acestei cărți.

Pe de altă parte, M. Beesing, R. Nogosek și P. O'Leary ne atrag atenția că pentru fiecare tip există o *capcană* în care ar putea să cadă în cursul evoluției sale – cea care ne face să credem că, dacă ne-am descoperit forța principală, *„am atins"* deja nivelul transpersonal.

Este foarte important să „reconsiderăm" ideea pe care ne-am făcut-o despre aplicarea forței principale și să determinăm dacă acționăm cu un înalt simț de responsabilitate – adică dacă această acțiune corespunde sensului spiritual al exercitării unei forțe principale – față de noi înșine și față de ceilalți.

Sensul acestei evoluții este precizat de următoarele indicații (și corespunde evoluției compulsiunii către calitatea superioară) pentru fiecare tip:

1: de la mânie la seninătate
2: de la orgoliu la altruism
3: de la vanitate la autenticitate
4: de la invidie la echilibru sufletesc
5: de la avariție la detașare
6: de la teamă la curaj
7: de la necumpătare la sobrietate
8: de la desfrâu la inocență
9: de la lene la sârguință

Îi invit pe cititorii interesați de acest aspect să consulte operele autorilor menționați în bibliografia de la sfârșitul cărții.

Despre unele psihologii

Unii comentatori ai vieții promotorilor Eneagramei consideră că psihologia clasică și, fără îndoială, în egală măsură așa-numitele psihologii noi sunt prea puțin susceptibile să ofere oamenilor mijloacele necesare pentru dezvoltarea adevăratei lor ființe.
Permiteți-mi să nu fiu de acord cu această părere.
Nu declară oare psihanaliza că trebuie să ne debarasăm de defectele acumulate în copilărie, ce ne fac să acționăm fără să fim pe deplin conștienți de implicațiile pe care le au în viața noastră actuală? Iar acest lucru nu vine în contradicție cu faptul că Freud s-a declarat ateu și anticlerical.
În acele vremuri, era un lucru înțelept într-o epocă în care el percepea cu multă acuitate nu numai caracterul *câtuși de puțin eliberator*, ci și caracterul *strivitor* al dogmelor și al structurilor bisericii.

Iar Analiza Tranzacțională nu ne propune oare să ne eliberăm de acel „scenariu de viață" pe care alții l-au scris pentru noi (în general, educatorii noștri)?
Programarea neuro-lingvistică nu ne propune oare să ne dezvoltăm cât mai mult gama „programelor" care ne ajută să trăim, să ne atingem țelurile, să progresăm?
Desigur, acestea sunt mijloace, nu scopuri în sine. Mijloace pentru „a elibera" Ființa noastră profundă.

Dimpotrivă, dacă unii autori stabilesc unele „punți de legătură" între programarea neuro-lingvistică (PNL) și Eneagramă, atunci eu nu mă raliez acestei mișcări, în special în legătură cu existența „meta-programelor", al căror real interes este negat de John Grinder – unul dintre fondatorii PNL, împreună cu Richard Bandler.
Din contră, mă asociez în mod deschis părerii lui Fabien Chabreuil, care, constatând caracterul „circumstanțial" al acestor meta-programe (ele variază în funcție de împrejurări), le consideră ca fiind prea puțin compatibile cu Eneagrama.

Eneagrama și psihologia transpersonală

Eneagrama este mai mult decât un instrument de cunoaștere personală, de cunoaștere a celorlalți. Ea este, după cum spune inițiatoarea a ceea ce a fost numit „curentul de transmitere orală a Eneagramei", Helen Palmer, *„unul dintre rarele sisteme care face legătura între domeniul*

unic și intim al personalității și aspectele particulare ale conștiinței universale". Aceasta continuă, precizând că metoda *„are puterea de a face legătura între tipul de personalitate și aspectele superioare ale esenței ființei"*.

Calitățile spirituale sunt mai importante decât talentul, calitățile creative sau decât finețea spiritului și generozitatea de care dau dovadă persoanele evoluate din punct de vedere psihologic. După cum precizează Helen Palmer, acest tip de capacități *„superioare se manifestă atunci când conștientizarea depășește limitele gândirii și ale sentimen- tului. Ele nu pot fi înțelese prin analiză pentru că ele nu fac parte din același domeniu de înțelegere ca și caracteristicile psihologice"*.

Trebuie să remarcăm că cele trei tipuri ale triunghiului central al Eneagramei corespund celor trei tipuri din Abhindhamma, culegere de psihologie budistă, destinată legăturilor dintre personalitate și viața spirituală.

Psihologia transpersonală

După Freud, Jung, Reich, au venit C. Rodgers și Maslow, întemeietorii unei psihologii ce nu se mai ocupa de devierile mentale, ci propunea o abordare bazată pe studiul ființei umane care își realiza potențialitățile. Tot A. Maslow, prin anii '50, plasa în vârful celebrei sale piramide a trebuințelor omenești nevoia de autorealizare*.

Spre sfârșitul vieții, Maslow s-a ocupat de „stările modificate ale conștiinței". Respectivele cercetări au stat la baza psihologiei transpersonale (transpersonal însemnând „dincolo de Eu"). Acestor prime aporturi li s-au adăugat curând cele ale unor personalități ca R. Assagioli, S. Grof, F. Capra, G. Bateson, O. Rank, ca și cele provenind din integrarea budismului și hinduismului, conferind acestei mișcări o realitate holistică. Obiectul psihologiei transpersonale îl reprezintă, în special, „modalitățile de acces la stările de conștiință situate dincolo de „Eu". Ea se deosebește de psihoterapia „devenită clasică", al cărei scop este de a facilita integrarea ființelor umane în viața socială. Obiectivul său este integrarea ființei umane în viața spirituală.

---

* Pentru piramida necesităților umane a lui Maslow a se vedea René de Lassus, *Descoperirea sinelui*, Editura Teora, 1999, p. 43.

Despre comunicarea cu ceilalți

Se spune că Eneagrama este și un instrument de ameliorare a comunicării interumane.
Deși există deja lucrări care ne prezintă diferite moduri de abordare a unei mai bune comunicări cu fiecare tip, este interesant să aflăm care sunt diferențele dintre noi și celelalte tipuri. Ca majoritatea metodelor serioase care ne îngăduie aprofundarea cunoașterii de sine și a celorlalți, Eneagrama ne permite:

Să ne dăm seama de unicitatea celuilalt.
Cât de diferit este de noi înșine.

Sunt înclinat să cred că este vorba de o explorare ce nu va avea sfârșit. Și mai cred că acesta este un lucru impresionant și minunat. Eu însumi și voi ceilalți suntem universuri infinite, ale căror limite nu le vom cunoaște niciodată.

„Fiecare dintre cele nouă tipuri vede lumea în mod diferit și, strecurându-ne în percepția pe care o au ceilalți despre ei înșiși, putem trece de la punctul de vedere personal la capacitatea de a înțelege cum sunt cu adevărat oamenii, în loc să rămânem cantonați în ideile pe care ni le-am făcut despre ei".
Helen Palmer*.

Această formă pozitivă de comunicare cu ceilalți este un preambul al adevăratei relații de solidaritate, de colaborare, de iubire. Hrănită cu compasiunea noastră**, ea ne permite să evoluăm spectaculos în modul nostru de a comunica, departe de relațiile tensionate, antagoniste, conflictuale cu ceilalți, acestea din urmă fiind alimentate de temerile noastre ancestrale.
Și, după cum se specifică în Codul etic al IEA (a se vedea pagina 176) **„Eneagrama este un instrument important de compasiune".**

---

* A se vedea bibliografia.
** A se vedea diferența dintre compasiune și milă, pagina 149.

Despre problemele care nu au fost abordate în această carte de sensibilizare

„Nimeni nu se poate numi creștin, dacă nu aplică în viață preceptele lui Hristos. Un om poate să spună că dorește *să fie creștin".*
G. J. Gurdjieff

Aceasta este o carte de inițiere în care am abordat lucrurile ce mi s-au părut esențiale în acest domeniu: definiție, origini, amplasare, descrierea fundamentală a funcționării modelelor și o vedere de ansamblu asupra diversității celor nouă tipuri. Nu am abordat decât superficial două aspecte importante pentru fiecare individ:

- Relațiile cu ceilalți (personale și profesionale) la rubrica „Viața relațională". Îndrăznesc, totuși, să sper că citind această carte ați înțeles mult mai bine de ce uneori vi se întâmplă să-i simțiți pe „ceilalți" ca și cum ar fi niște extratereștri.
- În egală măsură, despre dezvoltarea personală și spirituală am vorbit foarte puțin, în limitele strictei necesități.

BCU IAȘI / CENTRAL UNIVERSITY LIBRARY

În legătură cu unele critici

Cea mai mare parte a criticilor aduse Eneagramei sunt viscerale.

„Este ceva care îi judecă pe oameni ca să-i așeze în nouă sertărașe", „Este o metodă ce provine din domeniul esoteric, religios".

Și cu aceasta, se crede că s-a spus totul.

Privire critică a autorului

Nu am avut niciodată încredere în tipologiile umane – chiar dacă am încercat și eu să propun câteva în lucrarea *Oser être soi-même*. Și aceasta nu pentru că le consider total greșite, ci mai curând pentru că, presimțind corectitudinea Eneagramei, eram – și mai sunt și acum – destul de sigur că va veni vremea când vor exista tot atâtea tipologii câți locuitori sunt pe pământ. (O realitate care nu este atât de fictivă pe cât pare la prima vedere).

Ați spus „esoteric"?

Unele persoane se îngrozesc când află că Eneagrama ar putea să aparțină unui curent numit „esoteric" și, auzind acest cuvânt, ei nu-și exprimă furia, ci disprețul. Ei uită mult prea repede că acest cuvânt înseamnă *cunoștințe transmise în taină unor „aleși"* și nu își mai continuă investigațiile, pentru că atunci ar afla că protagoniștii Eneagramei din secolul XX au rupt definitiv cu această dorință de a păstra lucrurile în secret, fapt care se justifica, desigur, în trecut. Eu cred că, de foarte multe ori, lumea face o **confuzie** între fenomenele pe care oamenii de știință le numesc, pe bună dreptate, paranormale (Doamna Irma, numerologie, clarvăzătoare extralucidă și Domnul Motubu, Mare Mag haitian, călătorii regresive în viețile anterioare), sectele înființate datorită derutei unei populații fragile din punct de vedere psihologic (Ordinul Templului Solar, Scientologie etc.) și persoanele de înaltă ținută și inspirație care, în epoca lor, nu au făcut nimic ca să se delimiteze de aceste confuzii. (Am fost surprins când am văzut că extrem de serioasa *Actualitate Religioasă* îi menționează în Dicționarul esoterismului pe Maître Eeckaert, pe Hildegarde von Bingen, pe Swedenborg și, bineînțeles, pe Gurdjieff).

„Din fericire, după cum se precizează în numita apariție lunară, *unii se încăpățânează să evite confuzia genurilor"*. Și îl menționează pe Frédéric Tristan – premiul Goncourt în 1983 – care tranșează această problemă: *„Eu consider că esoterismul și interioritatea sunt două lucruri opuse. Esoterismul caută în general metode pentru a dobândi puteri materiale sau spirituale. Interioritatea, dimpotrivă, înseamnă aprofundarea sinelui și a Universului prin prisma unei tradiții"*.
Cât despre Charles Jameux, redactorul-șef al revistei „Puncte de vedere inițiatice", acesta ne mai spune: *să respingem ocultismul de manieră redhibitorie utilizând un demers esoteric marcat de căutarea celei mai profunde semnificații a lucrurilor, a interiorității"*.

... și, după cum se întâmplă adesea, nu este decât un pas...

de la esoterism la sectarism, pe care unii îl fac cu ușurință. Or, în problema care ne preocupă – ca și în multe altele –, trebuie să fim vigilenți, întrucât este foarte adevărat că statutul special al științelor esoterice nu le-a ferit totuși de devierile conceptuale – care sunt adesea rodul unor adepți prea zeloși.
Fiindcă Eneagrama nu aparține nimănui*, fiindcă mai există încă grupuri de evoluție înființate pe baza învățăturii lui Gurdjieff, această confuzie se produce cu ușurință în mintea unor detractori fără scrupule.
Este adevărat că, în zilele noastre, atunci când bărbații și femeile se întâlnesc din alte motive decât acelea de a face schimburi de timbre sau de a învăța să danseze, și mai ales atunci când motivul acestor întâlniri este de ordin psihologic sau spiritual, se vorbește imediat de un fenomen sectar.

Actualmente, acesta nu este – după câte știu eu – riscul major pe care și l-au asumat formatorii acestei discipline, cel puțin în Europa.
Dacă unele grupuri folosesc acest instrument așa cum își folosesc mașinile sau cum folosesc un detergent, acest lucru nu are nimic de-a face cu Eneagrama.

Ca să prevenim riscurile sectare de orice fel, vă propun un rezumat al caracteristicilor unui demers sectar, așa cum îl descrie Jean-Yves Leloup în revista „Intuitions" (nr. 34):

* A se vedea Codul „Asociației Internaționale de Eneagramă".

Există un fenomen „sectar"
– atunci când grupul (sau conducătorul grupului) consideră că deține unul sau mai multe adevăruri absolute (care în nici un caz nu pot fi puse la îndoială);
– atunci când un grup se consideră ca fiind autosuficient și nu are contacte cu ceilalți decât ca să-i asimileze;
– atunci când se acordă prioritate principiilor sau doctrinei;
– atunci când această doctrină stabilește în totalitate modul de acțiune și comportamentul membrilor grupului, în loc să acționeze ca un revelator.

În legătură cu această problemă, se impune o mare vigilență critică. În urma redescoperirii sale, la sfârșitul acestui secol, se vor publica fără îndoială sute de cărți, de articole despre Eneagramă. Și în acest caz va trebui să fim vigilenți.

Ați spus „religios"?

Dacă, aidoma marii majorități a oamenilor de-a lungul secolelor, înțelegeți prin „religie" grupările și instituțiile doctrinale și dirijiste care tind să-și impună punctele de vedere metafizice *în numele unui mare personaj, al vreunui Alah, al vreunui Brahman atotputernic, al vreunui zeu jupiterian* care trăiește în ceruri inaccesibile, pedepsindu-i pe cei răi și răsplătindu-i pe cei buni prin promisiunea vreunui paradis sau prin osânda în vreun infern, prin posibilitatea unor reîncarnări succesive, adică tot atâtea „sisteme" clădite pe meritele fiecărui individ, care, în final, „adorm" și „supun" conștiințele alienate unor ritualuri și ceremonii...
Atunci, într-adevăr, nu există prea multe raporturi între Eneagramă și orice am numi noi „religios".
Dacă, dimpotrivă, înțelegeți prin „religie" acel ceva care se referă la „apropierea" (*religatio*, acțiunea de a uni) dintre bărbații și femeile care descoperă în ei înșiși prezența unei dimensiuni interioare superioare, care încearcă să-și învingă impulsurile primitive ce există în ei – și care pot coabita în armonie –, printr-o aspirație spirituală elevată, orientată spre folosirea adecvată și armonioasă a energiilor lor mentale, fizice și spirituale pentru a contribui la crearea unei lumi drepte și echilibrate și care se raportează de bunăvoie la acele ființe perfecte care sunt Iisus, Buddha, Mahomed, Zarathustra, Lao Tse și alte personalități de o inspirație elevată (a se vedea *Psihologia transpersonală*, pag. 152)...

Atunci, într-adevăr, putem afirma că Eneagrama este un instrument care permite asocierea ansamblului acestor energii cu cele mai elevate aspirații ale oamenilor din toate timpurile.

Există numeroși psihologi...

... care, la început, adoptă o atitudine neîncrezătoare față de Eneagramă și de cei care o practică.
Într-adevăr, în această profesiune vrednică de stimă, numai cei mai evoluați acceptă cu respect disciplinele care, aidoma Analizei Tranzacționale, propun metode pentru înțelegerea realităților psihologice în termeni obișnuiți. Să le fie oare teamă că își vor pierde prerogativele...?
Există totuși un punct în care, pe drept cuvânt, se impune un demers critic în legătură cu această metodă, pentru că – după cum subliniază Dr. Charles Tart – *„sistemul este departe de a fi perfect"* și, după cum afirmă Helen Palmer, *„mai sunt necesare multe cercetări empirice și științifice pentru ca el să avanseze, dar Eneagrama este deja un instrument practic și util"*.
Deși această metodă se află deja pe un drum ascendent, totul ne face să credem că ea nu este decât la începutul răspândirii ei.

„Simplă, strălucitoare și dreaptă"
Eric Salmon

„Subscriu la aceasta, pentru că funcționează"
F. Chabreuil

Dar, poate obiecta un cititor, *declarați că sunteți de acord cu S. Peck care afirmă că viața este complexă și dificilă. Nu vine aceasta oare în contradicție cu simplitatea Eneagramei?*

Răspuns: Simplitatea expunerii din Eneagramă nu stârbește cu nimic complexitatea faptelor pe care le descrie. Nu confundați harta cu teritoriul, dragi cititori. Deoarece, dacă planul Parisului încape pe o foaie de hârtie, aceasta nu înseamnă că nu te poți rătăci în oraș!

Notă: Atenție! Secolul al XV-lea prezintă analogii cu epoca noastră: declinul valorilor, reacții sectare etc. Biserica, pe atunci dominantă în Occident, „îngroapă" în pivnițele Vaticanului documentele referitoare la Eneagramă (după părerea lui E. Salmon).

Autocritica autorului

Scriind această lucrare, mi-am dat seama că aș fi avut nevoie cel puțin de opt coautori pentru a alcătui o carte completă, care să redea cât mai corect posibil sensibilitatea, forța și originalitatea fiecărui tip de personalitate.

Pentru un om lipsit de auz, muzica nu există.
Pentru un om lipsit de vedere, pictura nu există.
Pentru cel lipsit de facultăți olfactive, gustative și tactile, multe alte lucruri nu există.

Dar celui care nu își găsește „esența" ce uși oare i se închid?

BCU IAȘI / CENTRAL UNIVERSITY LIBRARY

CONCLUZIE ȘI SINTEZĂ

„Alegerea este o calitate specifică omului.
Numai iubirea pe care o dăruim
oamenilor este *evoluționistă*."
René Delattre

Cine sunt eu?

După ce am căutat, ca mulți alții, răspunsul la această întrebare în operele filosofilor, în cele din urmă am găsit cele mai satisfăcătoare răspunsuri în învățătura din vechime.
„Redescoperirea", relativ recentă, a unui instrument cum este Eneagrama nu mă surprinde decât pe jumătate. Din punctul meu de vedere, ea aparține acelui ansamblu de semne încurajatoare la care fac aluzie în Prefața acestei lucrări.

Lumea aștepta un model explicativ al ființei umane care să îmbine înțelepciunea unei lungi tradiții de observație cu realitatea omenească și care să fie compatibil cu cele mai exigente descoperiri ale neuroștiințelor. Acest instrument vine la momentul potrivit într-o lume în care, pe de o parte, lipsa unor repere se face simțită din plin și în care, pe de altă parte, tot mai mulți indivizi simt nevoia unei deschideri spre dimensiunile transpersonale ale existenței lor.
Lectura celor nouă tipuri de personalitate din Eneagramă ne permite să înțelegem în ce măsură resimte fiecare dintre noi – în special din cauza condițiilor în care s-a format și consolidat Ego-ul – dificultățile vieții și dificultățile evoluției.
Este un instrument relativ ușor de înțeles și de folosit, reprezentând calea minunată spre cea mai elevată integrare posibilă.
Fiecare om are libertatea de a-și alege punctul pe care vrea să-l atingă în realizarea *unității cu el însuși și cu ceea ce îl depășește*, neomițând, pe parcursul acestui drum, un lucru important, deja enunțat mai sus:

➡ *„Nu există nici tip rău, nici tip bun; fiecare tip glorifică o calitate absolut indispensabilă armoniei universale"*.

În loc de sinteză

De la Sinele esențial la Ego-ul existențial

„Eternitatea nu este altceva decât un prezent
fără limite: existența și nemurirea sunt sinonime".
Ladislav Klima

Atunci când copilul (cel care am fost cu toții) vine pe lume, el nu este decât corp (fizic și terestru) și suflet (spiritual și cosmic).
Acest suflet constituie *esența* ființei, **veșnică prin natura sa.** Adică Ființa sa profundă (numită și *Sinele).*
Ceea ce marea majoritate a occidentalilor numesc *personalitatea* lor este *Eul*, sau *Ego-ul.*
Eul este, de fapt, o parte a ființei noastre fizice – a creierului nostru – care se superadaptează, la începutul existenței (durata vieții terestre a unui individ este *existența* sa), la trebuințele și la presiunile anturajului, constituind astfel un Ego.

Foarte puțini oameni sunt conștienți de modul în care și-au format Ego-ul – ceea ce ei iau drept *personalitatea lor.* Totuși, este nevoie de timp (unii au nevoie de mai mult de jumătate din viață!) ca să ne construim această „schiță" a personalității. Timp și energie pe care le-am putea folosi într-un mod mai adecvat!
Cât timp pierdem, încercând să ne creăm o pseudo-„consistență", o „personalitate" pe care mulți indivizi o consideră ființa lor adevărată!
Cât timp pierdem ca să ne construim o *identitate* pe care adesea o credem originală! Sau, ca să folosim o expresie mai puțin fericită, dar care este la modă astăzi: o *imagine*!
Trebuie să menționez faptul că această „muncă" de construire a pseudo-identității începe la o vârstă când rareori suntem conștienți de eroarea investiției făcute.

Totuși, cei care presimt riscul acestei erori ne oferă nenumărate indicii.
Conștientizarea ei este cu atât mai dificilă cu cât normele de funcționare ale societăților omenești sunt mai favorabile construcțiilor de acest tip. Chiar dacă numai parțial sau total artificiale!

În funcție de particularitățile mediului familial, fiecare își va dezvolta un Ego conform primelor mecanisme de apărare pe care le va opune primelor amenințări – reale sau imaginare – pe care le percepe. Permanenta lor întărire va forma această „personalitate" existențială, pe care cei mai mulți oameni o vor lua drept adevărata lor personalitate.

Toate aceste „personalități" ascund de obicei esența noastră.
Este cazul marii majorități a oamenilor pe care Gurdjieff îi numește *„adormiți"*.
Unii intuiesc această *„iluzie a Eului"* (Buddha, D. Hume, în special), alții o descoperă datorită dezvoltării lor personale. Calea spre redescoperirea esenței noastre (a Sinelui) trece printr-o desprindere de „Eurile" noastre artificiale.
Deschiderea „Sinelui" nostru este o etapă obligatorie în drumul spre deschiderea „Sinelui" universal.
Ajutorul acordat de o altă persoană pentru realizarea acestei evoluții este în general benefic.

Saint-Germain-la-Ville, decembrie 1996

BCU IAȘI / CENTRAL UNIVERSITY LIBRARY

BIBLIOGRAFIE

Bibliografia referitoare la Eneagramă se îmbogățește pe zi ce trece, cu cărți bune și slabe. În engleză ca și în franceză, există lucrări foarte inspirate – în special, pe de o parte, cele care pun accentul pe valoarea spirituală a acestui instrument, iar pe de altă parte lucrări analitice referitoare la acest subiect. Din nefericire, mai există și unele lucrări „foarte" (prea) ademenitoare, simplist structurate, asemănătoare horoscoapelor: *„Dacă întâlniți o persoană de tipul Șapte, propuneți-i o partidă de golf"*.

În franceză

L'Ennéagramme, un itinéraire de vie intérieure
Maria Beesing, Robert Nogosek, Patrick O'Leary, Desclée de Brouwer, 1992.
Prima carte despre acest subiect este un text de referință. Foarte orientată spre spiritualitatea creștină.

L'Ennéagramme: Dynamique de connaissance et d'évolution
Fabien (un Șapte) și Patricia (un Unu) Chabreuil, Carthame, 1994.
Prima carte scrisă în franceză despre acest subiect, de către fondatorii Institutului Francez de Eneagramă.
O a doua carte a acelorași autori, consacrată aplicațiilor în întreprinderi, va apărea în curând la Editura Vivez Soleil.

L'ABC de l'Ennéagramme
Éric Salmon (un Șapte),
Jacques Grancher, 1997.
Cartea este scrisă de fondatorul Centrului de Studiu al Eneagramei.

L'Ennéagramme
Helen Palmer (un Șase), Vivez soleil, 1995.

L'Ennéagramme au travail et en amour
Helen Palmer, Editions de l'homme, 1996.

L'Ennéagramme facile
Renée Baron (un Doi), Élisabeth Wagele (un Cinci)
Editura Vivez soleil, 1995.

Apprenez à mieux vous connaître PNL et Ennéagramme
Pierre Longin, Dunod, 1995.

Le code secret de votre personnalité
Rika Zaraï (un Unu), *Michel Lafon*, 1996.

În engleză

The Enneagram Relationship Workbook
Margaret Frings Keyes, Molysdatur Publications, 1992.

My Best Self
K. Hurley, T. Dobson, Harper, San Francisco, 1993.

What's My Type?
K. Hurley, T. Dobson, Harper, San Francisco, 1991.

Personnality Types
Don Richard Riso (un Patru), Houghton Mifflin, 1987.

Alte lucrări

Plus loin sur le chemin le moins fréquenté
Scott Peck, Marabout.

Le nombre d'or
Marius Cleyet-Mixhaut, Que sais-je?

Évolution du cerveau et création de la conscience – A la recherche de la vraie nature de l'homme
John C. Eccles, Fayard, 1992; Champs-Flammarion, 1994.

Le mystère humain
John C. Eccles, Mardaga, 1982.

Fragments d'un enseignement inconnu
P. Ouspenski, Stock.

La Divine Comédie
Dante, mai mulți editori.

Les contes de Canterbury
Geoffrey Chaucer, Livre de Poche.

BUCHAREST CENTRAL UNIVERSITY LIBRARY

Praxis et Gnosis d'Evagre le Pontique
Jean-Yves Leloup, Albin Michel.

La spiritualité quantique (Sommets de la nouvelle physique et de l'expérience mystique)
Robert Linssen, Éditions de Mortagne, Canada.

Bibliografie comentată

Cărțile de același autor publicate la editura Marabout sunt prezentate într-o ordine preferențială de lectură, după citirea acestei lucrări.

1. *Oser être soi-même*
prezintă asertivitatea și metodele sale.
Este asertivă acea persoană care îndrăznește să folosească noile tehnici de afirmare a Sinelui, fără să fie agresivă (agresivul acționează la îndemnul unei voci din mintea sa: „Nu ceda, fii mai puternic"), fără să fie supusă (vocea: „Nu spune nimic și vei fi liniștit"), fără să fie manipulatoare (vocea: „Fii mai viclean, aranjează lucrurile cum vrei tu"), dar care îndrăznește să-și afirme propriile trebuințe, având o atitudine pozitivă și respectuoasă față de trebuințele celorlalți.

2. *L'Analyse Transactionelle* (*Analiza Tranzacțională*, lucrare apărută și în limba română, la Editura TEORA)
Pentru că trăim cu „Eul" nostru, A.T. este o excelentă metodă de cunoaștere a acestuia și de comunicare cu „Eul" celorlalți.

3. *À la Découverte de Soi* (*Descoperirea Sinelui*, lucrare apărută și în limba română, la Editura TEORA).
Operă de sensibilizare către spiritualitate și psihologie transpersonală.

4. *Efficace et épanoui par la PNL*
Programarea neuro-lingvistică (PNL) este prima metodă științifică de analiză a condițiilor de reușită a tuturor actelor noastre: de schimbare personală și de comunicare cu ceilalți.

5. *La communication efficace par la PNL*
Operă recomandată pentru prezentarea progresivă a tehnicilor de influență ale programării neuro-lingvistice.

6. L'amour, c'est quoi?
Soluții pentru o dragoste durabilă și împărtășită.
Ce fac – și ce nu fac – cuplurile reușite.
Un studiu aprofundat al condițiilor de reușită ale vieții de cuplu.

PRECIZĂRI AUTOBIOGRAFICE

Entuziasmul meu pentru acest instrument se datorează, în special, faptului că el coroborează trei observații care mi-au stârnit interesul pentru psihologia umană. În primul rând, copiii fac multe eforturi pentru a se conforma așteptărilor celor mari, fapt ce demonstrează cât de iluzorie este adesea libertatea personală. În al doilea rând, fiecare ființă omenească este un univers unic, bogat în potențialități și infinite complexități. În al treilea rând, cred că mă încadrez pur și simplu în „normă" atunci când pretind că simt în adâncul eului meu gama extrem de largă a potențialităților umane, pregătite să se dezvolte în egală măsură în direcția viciului sau a virtuții.

Descoperirea tipului meu – Trei – îmi arată în ce măsură va trebui, în viitor (aceasta este alegerea mea), să-mi pun talentul mai mult în serviciul Adevărului decât al meu personal.

„Când am auzit vorbindu-se pentru prima dată despre Eneagramă, am început prin a-i subestima importanța.
O metodă eficientă și pertinentă, mi-am spus la început. Un instrument bun, ușor de circumscris, cam în genul metodei Gordon.

Dar abia după ce am început să mă pregătesc serios – multiplicându-mi sursele de informare – mi-am dat seama de imensa ei însemnătate. Îndrăznesc să sper că cititorii mei și editorul meu îmi vor permite să-mi continuu cercetările."

Cred că orice persoană care se hotărăște să contopească aceste două energii fundamentale – mult mai răspândite decât pare la prima vedere – care sunt iubirea și inteligența va deveni cu adevărat o ființă „plină de viață".

Anexa I

Cuvinte tipice înrudite pentru reperarea compulsiunilor

Dată fiind importanța compulsiunii în stabilirea tipurilor, mi s-a părut normal să vă propun cuvintele și perifrazele asociate termenilor prin care sunt desemnate aceste compulsiuni de către diferiți autori. Întrucât trebuie să le desemnăm printr-un termen generic, pot apărea dificultăți în identificarea compulsiunii noastre.

Exemplu:

Unele persoane vor recunoaște că încearcă să evite devierea spunând mai degrabă că ele tind să evite lucrurile interzise.

Mânie
a se mânia
a-și ieși din fire
iritare
animație
proastă dispoziție
val de furie
explozie de furie
vehemență
turbare
exasperare
acces de...
val de indignare
scenă de...
necuviință
bruftuluială
mustrare
reproș
avertisment
enervare
surescitare
supărat
turbat de...
negru de...
tăios
morocănos
ursuz
dezlănțuire
criză
agasat
nerăbdător
înverșunat
a-și revărsa mânia
a spumega
roșu de...
a fierbe de...
a lua foc
a-i sări mustarul
a călca pe nervi
a se supăra
a drăcui
a se lega de...

Eșec
risc
sfidare
insucces
revers
nenorocire
debandadă
cădere
naufragiu

dezastru
catastrofă
nimica toată, vax
piedică
fiasco
a eşua
a ieşi prost
învins
a fi dezavantajat
a displăcea
a decepţiona

Recunoaşterea propriilor trebuinţe, respingere
Această compulsiune fiind deja exprimată printr-o perifrază, nu riscă să dea naştere unor erori prea mari de interpretare:
a-şi satisface propriile dorinţe
egoism
a fi lipsit de inimă
lipsit de afecţiune
rău
insensibil
dezagreabil
prost
inuman

Banalitate
vulgaritate
ceea ce este comun
normalitate
ceea ce nu este original
repetat
convenţional
depăşit
obişnuit
frecvent
căutat
firesc
oarecare
mediocru

Devierea
Ceea ce este:
ilegal
nepermis
neautorizat
incorect
inadmisibil
necuviincios
nu se face
inacceptabil
neregulamentar
dezgustător
fără sens
etc.

Suferinţa
neplăcere
nenorocire
durere
rău
tortură
supliciu
crud
atroce
penibil
îndurerat
insuportabil
a nu fi în formă
a nu fi în apele sale
a îndura
a-şi duce crucea
om răbdător
a nu se simţi în largul său
chinuit
etc.

Evitarea vidului interior şi a intruziunii
vacant
neocupat
nuditate
absenţă
lipsă

pătrundere
năvălire
năpustire
invazie
a se insinua
a infesta spațiul personal

Slăbiciune
fără:
tonus
putere
personalitate
curaj
perseverență
consistență
fragil
moale
molatec
indolent

Conflicte
tensiuni
dezacorduri
lipsă de armonie
dispută
discordie
ceartă
gâlceavă
a fi păcălit
neînțelegere
coaliții
dușmănie
disociere
intenție răuvoitoare
sabotaj

BCU IASI / CENTRAL UNIVERSITY LIBRARY

Anexa II

Cuvinte tipice înrudite pentru reperarea tendințelor principale

Dată fiind importanța tendinței principale în determinarea tipurilor de personalitate, mi s-a părut necesar să vă propun cuvintele și perifrazele asociate termenilor cu ajutorul cărora diferiți autori denumesc aceste tendințe.
Pentru că trebuie să le desemnăm printr-un termen generic, este foarte posibil să avem unele dificultăți în identificarea tendinței personale.

Exemplu:

Unele persoane vor recunoaște că trăiesc necumpătat *spunând mai degrabă că sunt* lacome.

Mânie
A se vedea tabelul compulsiunilor

Orgoliu
aroganță
înfumurare
vanitate
dispreț
trufie
mândrie
insolență
morgă
îngâmfat
infatuare
lăudăroșenie
impertinență
fudulie
fanfaronadă
pretențios
fudul
cu aere
disprețuitor
insolent
trufaș
sfidător
pedant
înțepat
rigid
glacial
afectat
impertinent

Înșelătorie
a minți
a deforma
a denatura
a modifica
a adapta
a trunchia
a manipula
a deghiza
a răstălmăci adevărul
a mistifica
a induce în eroare
a inventa
a se preface
fanfaron
lăudăros

BIBLIOTECA CENTRALĂ UNIVERSITARĂ / LIBRARY

impostor
a falsifica
ipocrizie

Invidie
invidios
pizmaş
aviditate
cupiditate
dornic
o privire invidioasă
a privi cu coada ochiului
a crăpa de ciudă
a muri de invidie
insaţiabil
obiect de invidie
gelozie

Avariţie
cupid
avid
rapace
interesat
egoist
cărpănos
econom
zgârcit
strâns la pungă
meschin
avar
calic
zgârie-brânză
cârcotaş
zgârcit cu timpul său
se tocmeşte
nu se gândeşte decât la el

Teamă
temător
nesiguranţă
neliniştit
anxios
angoasat
tremurător
alarmat
înnebunit
înspăimântat
înfricoşat
panicat
îngrozit
stupefiat
timorat
spăimos
timid
laş
paranoic
se simte ameninţat
incriminat
intimidat
neîncrezător
poltron
sfios
bănuitor

Necumpătare
lăcomie
nesaţ
insaţiabil
mâncăcios
bulimic
alcoolic
a se ghiftui
a se linge pe buze
desfrâu
niciodată satisfăcut
lubric
destrăbălat
stricat
vicios

Exces
dezmăţat
desfrânat
stricat
vicios
abuz
disproporţionat
insaţiabil

IAŞI CENTRAL UNIVERSITY LIBRARY

violent
desfrâu
belşug
fără măsură
exagerat
Lene
indolenţă

trândăvie
moliciune
puturoşenie
neglijenţă
nepăsare
apatie
inerţie

BCU IAŞI / CENTRAL UNIVERSITY LIBRARY

Anexa III

Cuvinte tipice înrudite pentru reperarea mecanismelor de apărare

Dată fiind importanța mecanismelor de apărare în stabilirea tipurilor de personalitate, mi s-a părut potrivit să vă propun cuvintele și perifrazele asociate termenilor cu ajutorul cărora diferiți autori denumesc aceste mecanisme.
Pentru că trebuie să le desemnăm printr-un termen generic, este posibil să întâmpinăm unele dificultăți în identificarea mecanismelor de apărare.

Exemplu:

Unele persoane vor recunoaște că le place să-i reprime *pe ceilalți spunând mai degrabă că îi* pedepsesc *adesea pe ceilalți.*

Formație reacțională
Întrucât este vorba de termeni din psihologie, este mult mai bine să ne limităm la semnificația curentă: reacție ce se opune propriilor sentimente, lucrurilor pe care lumea le așteaptă de la noi.

Represiune
practică:
pedepsirea
osândirea
corecția
aplică:
o pedeapsă
sancționează
judecă
severitate
justițiar
condamnă
lovește
biciuiește
insultă
confiscă
întemnițează

Izolare
retragere
evitare
singurătate
claustrare
lipsă de angajare

Identificare
a încerca să semeni cu un model existent sau localizat; a încerca să semeni cu cineva; a imita pe cineva; a interpreta un „rol"

Introiecție
Termen din psihologie care înseamnă: acțiunea prin care o persoană încorporează mental un element al realității exterioare, în special idei, sentimente care nu îi aparțin (în limbaj popular: acțiune de „înghițire" a propriilor sentimente)

Sublimare
termen din psihologie care înseamnă: transformarea impulsurilor inacceptabile, generatoare de conflicte interioare, în acte acceptate din punct de vedere social.

Proiecție
termen din psihologie care înseamnă: idei și sentimente aparținând unei persoane, dar care sunt atribuite alteia.

Raționalizare
termen din psihologie care înseamnă: construirea unei justificări rezonabile, pornind de la comportamente inacceptabile sau neacceptate.

Negare
termen din psihologie care înseamnă: a refuza să accepți ca fiind ale tale unele sentimente, o acțiune, o dorință.

Narcotizare, Abrutizare
Obiceiuri „soporifice", cum ar fi practicile unui colecționar, pescuitul, abuzul de televizor, alcoolismul ușor, tabagismul, folosirea tranchilizantelor, bulimii zaharoase, sărate (bomboane, ciocolată, alune, chipsuri etc.)

BCU IAȘI / CENTRALĂ UNIVERSITARĂ LIBRARY

Anexa IV

Codul etic al Asociației Internaționale de Eneagramă (International Enneagram Association)

Eneagrama este, înainte de toate, un instrument destinat cunoașterii de sine și transformării personale.

Observarea atentă a propriilor motive și comportamente ne ajută să evităm principalele capcane ale tipului nostru de personalitate. Cunoașterea de sine implică o interogare constantă despre mecanismele de apărare și despre obiectivele noastre reale. Transformarea ne solicită curajul de a acționa împotriva structurilor și obiceiurilor personalității noastre.

Putem să fim unii pentru alții o sursă de sprijin.

Eneagrama ne invită să punem capăt obiceiurilor și mecanismelor repetitive de apărare. În acest sens, fiecare are rolul de a aminti celorlalți deosebirile care există între ființe și sinceritatea diferitelor puncte de vedere. Doctrinele și teoriile sunt mai puțin importante decât o comunicare deschisă între indivizi.

Să le permitem celorlalți să se descopere singuri.

Eneagrama are efecte considerabile asupra oamenilor. Ea este mai eficientă atunci când le permitem celorlalți să-și descopere tipul, decât atunci când ne imaginăm că noi îi cunoaștem mai bine decât se cunosc ei înșiși. Să fim sensibili la reacțiile lor, la consecințele schimbării imaginii pe care o au despre ei înșiși, la lucrurile de care au nevoie pentru a integra această nouă informație.

Un tip de personalitate nu descrie în totalitate un individ.

Eneagrama nu ne spune nimic despre povestea unui individ, iar un tip de personalitate nu ne dă informații semnificative despre calitatea caracterului său, despre inteligența sau despre talentele sale. O persoană este mai mult decât un tip de personalitate. Este important să ne amintim acest lucru în viața noastră profesională.

Eneagrama este un instrument important de compasiune.

Cu cât înțelegem mai bine intențiile și logica celorlalte tipuri, cu atât mai puțin îi vom respinge, îi vom judeca sau îi vom desconsidera pe ceilalți. Să ascultăm cu atenție povestea fiecăruia; a cunoaște tipul unei persoane, nu înseamnă că o cunoaștem cu adevărat. O concepție stereotipă despre Eneagramă este o dovadă de îngustime a spiritului și presupune că noi cunoaștem deja atitudinile și motivațiile unei persoane. Cel mai adesea, construirea de stereotipuri se datorează unor experiențe negative cu indivizi de un anumit tip; ea ne îngrădește evoluția și ne diminuează posibilitățile de alegere în prezent.

Eneagrama este un instrument în curs de dezvoltare.

Mulți oameni au contribuit deja la dezvoltarea ei și mulți alții vor continua să o facă în viitor; de aceea, să atribuim fiecăruia, în mod explicit, munca sa. Să ne citățm sursele și să onorăm creativitatea și munca altor cercetători. Să ne menținem un spirit erudit și să facem schimb de informații într-o atmosferă de colegialitate.

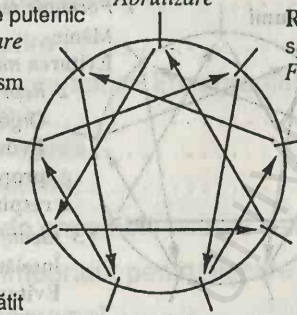
Nici un individ nu este stăpânul Eneagramei.

Eneagrama nu poate fi controlată, nici monopolizată de către cineva, pentru că ea nu poate fi retrasă din discuțiile publice. Să limitezi drepturile de comunicare, de dezvoltare și de difuzare a informațiilor în legătură cu Eneagrama este un lucru contrar spiritului de libertate și de dezvoltare a sistemului.

Eneagrama ne încurajează să ne angajăm pe drumul transformării.

Eneagrama ne stimulează să întruchipăm în noi înșine munca de transformare personală, să fim exemple vii de introspecție și de evoluție reală către eliberarea spirituală.

CĂTRE EVOLUȚIE ȘI INTEGRARE



9 Acceptare, susținere
Sârguință
să fie conciliant
Abrutizare

8 Putere, curaj
Simplitate
să fie puternic
Negare

1 Perfecțiune și rigoare
Răbdare
să aibă dreptate
Formație reacțională

7 Bucurie, optimism
Sobrietate
să poată spune:
„va merge"
Raționalizare

2 Iubire
Umilință
să iubească și să fie iubit
Reprimare

3 Să acționeze și să reușească
Autenticitate
să reușească
Identificare

6 Loialitate
Curaj
să fie pregătit
Proiectare

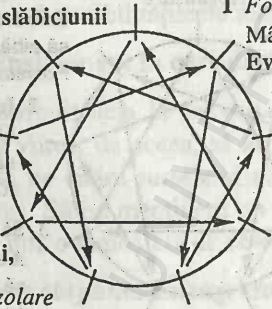
5 Cunoaștere
Detașare
să știe
Izolare

4 Simț artistic
Echilibru sufletesc
să fie aparte
Introiecție, sublimare

Ceea ce Eneagrama numește
Forță principală (talent, aport)
Virtute
ce are importanță
Mecanism de apărare

BCU IAȘI / CENTRAL UNIVERSITY LIBRARY

CĂTRE REGRES



9 *Abrutizare*
Lene
Evitarea conflictelor

1 *Formație reacțională*
Mânie
Evitarea mâniei

2 *Reprimare*
Orgoliu
Evitarea recunoașterii propriilor trebuințe, a respingerii

3 *Identificare*
Înșelătorie
Evitarea eșecului

4 *Introiecție; sublimare*
Invidie
Evitarea banalității

5 *Izolare*
Avariție
Evitarea vidului interior, a intruziunii

6 *Proiecție*
Teamă
Evitarea devierii, a trădării

7 *Raționalizare*
Necumpătare (lăcomie)
Evitarea suferinței, a izolării

8 *Negare*
Exces
Evitarea slăbiciunii

Ceea ce Eneagrama numește
Mecanism de apărare
Tendință principală
Compulsiune

BCU IASI / CENTRAL UNIVERSITY LIBRARY

Cuprins

Introducere 7
În loc de prefață: speranță și vigilență 8

PARTEA I
Eneagrama în câteva pagini 10
Prima descoperire 10
Să înțelegem gramatica Eneagramei 12
Cea mai veche 13
Cea mai pertinentă 14
Cea mai modernă 16
Scurtă privire de ansamblu asupra celor nouă tipuri 20
Ceea ce este important pentru fiecare tip 28
Aplicațiile Eneagramei 29

PARTEA a II-a
Descoperirea Eneagramei 30
Diagrama 30
Uimitoarele caracteristici numerice 31
Un postulat fundamental al Eneagramei 33
De la esență la existență sau nașterea personalității 33
Ființa umană și cei trei centri ai săi 39
Centrul instinctiv-motor 39
Centrul mental 40
Centrul emoțional 40
Ființa umană către Integrare sau Regres? 42
Către Integrare 42
Către Regres 42
Cum trăim cel mai adesea? 43

BCU CENTRALA UNIVERSITY LIBRARY

Ființa umană în Integrare 44
Prima atenție 46
Mecanismele de apărare 47

Ființa umană în Regres 49
Compulsiunea 49
Tendința principală 52
Mândria 54
Orgoliul 55

Către patologie 56

Ființa umană în Integrare (sau Evoluție) 58
Virtutea 58
Forța principală 59

PARTEA a III-a
Generalități despre tipurile de personalitate 61

CUVÂNT ÎNAINTE 61

Aripile 62
Rolurile sau împrumuturile 62

Câteva observații referitoare la descrierea celor nouă tipuri 64

Analiza Tranzacțională – scurtă expunere 67

PARTEA a IV-a
Cele nouă tipuri de personalitate 70

Ce cuprinde fiecare descriere 70

Cele trei tipuri ale centrului instinctiv 73
Tipul Opt 73
Tipul Nouă 80
Tipul Unu 87

Cele trei tipuri ale centrului emoțional 96
Tipul Doi 96
Tipul Trei 103
Tipul Patru 110

Cele trei tipuri ale centrului mental 117
Tipul Cinci 117
Tipul Șase 124
Tipul Șapte 131
Diverse documente 138
Despre Eneagrama lui Iisus 138
Denumiri delicate 140
Repartiția celor nouă tipuri 141

PARTEA a V-a

Aplicații 143
Despre utilizarea corectă a Eneagramei 143
Evoluția personală 146
Repere 149
Despre dezvoltarea spirituală 150
Despre unele psihologii 151
Despre comunicarea cu ceilalți 153
Despre problemele care nu au fost abordate în această carte de sensibilizare 154
În legătură cu unele critici 155
Privire critică a autorului 155
Autocritica autorului 159

Concluzie și sinteză 160
Cine sunt eu? 160
În loc de sinteză 161
De la Sinele esențial la Ego-ul existențial 161

Bibliografie 163
În franceză 163
În engleză 164
Alte lucrări 164
Bibliografie comentată 165

1090/2000

BCU IAȘI / CENTRAL UNIVERSITY LIBRARY

BCU IASI / CENTRAL UNIVERSITY LIBRARY

Ca și medicina, matematica sau filosofia, Eneagrama *nu aparține* nimănui.
Ca și aceste discipline, Eneagrama nu are un *fondator* oficial, un inventator menționat în vreun dicționar.
Ca și aceste discipline, Eneagrama s-a dezvoltat de-a lungul timpului și spațiului prin numeroase contribuții.
Ca și aceste discipline, ea oferă societății umane cunoștințe prețioase.

Unele persoane pretind că întrebarea *„Cine sunt eu?"* nu le preocupă. Altele răspund la această întrebare declinându-și identitatea, întocmind o listă cu titlurile lor, cu diplomele lor, bunurile lor, situația familială sau profesională, trofeele lor sportive sau amoroase.
Totuși, mulți oameni sunt luați în general pe nepregătite de ceea ce noi numim marile evenimente ale vieții (pierderile, în special: serviciul, sănătatea sau ființele dragi). Atunci, toți își promit, în gând, să-și găsească un moment ca să reflecteze la această importantă întrebare sau s-o studieze. Dar, după ce a trecut evenimentul respectiv, se grăbesc să o uite.
Întrebarea însă nu îi uită pe ei! Ea revine într-o bună zi mai neînduplecată ca oricând. Cartea vă oferă posibilitatea să descoperiți, într-un limbaj clar și accesibil, această metodă a cunoașterii de sine și a celorlalți, care este Eneagrama.

ISBN 973-20-0282-4
9 789732 002827

Editura **Teora**
PSI ENEAGRAMA
Cod: 0282
Lei 50.000